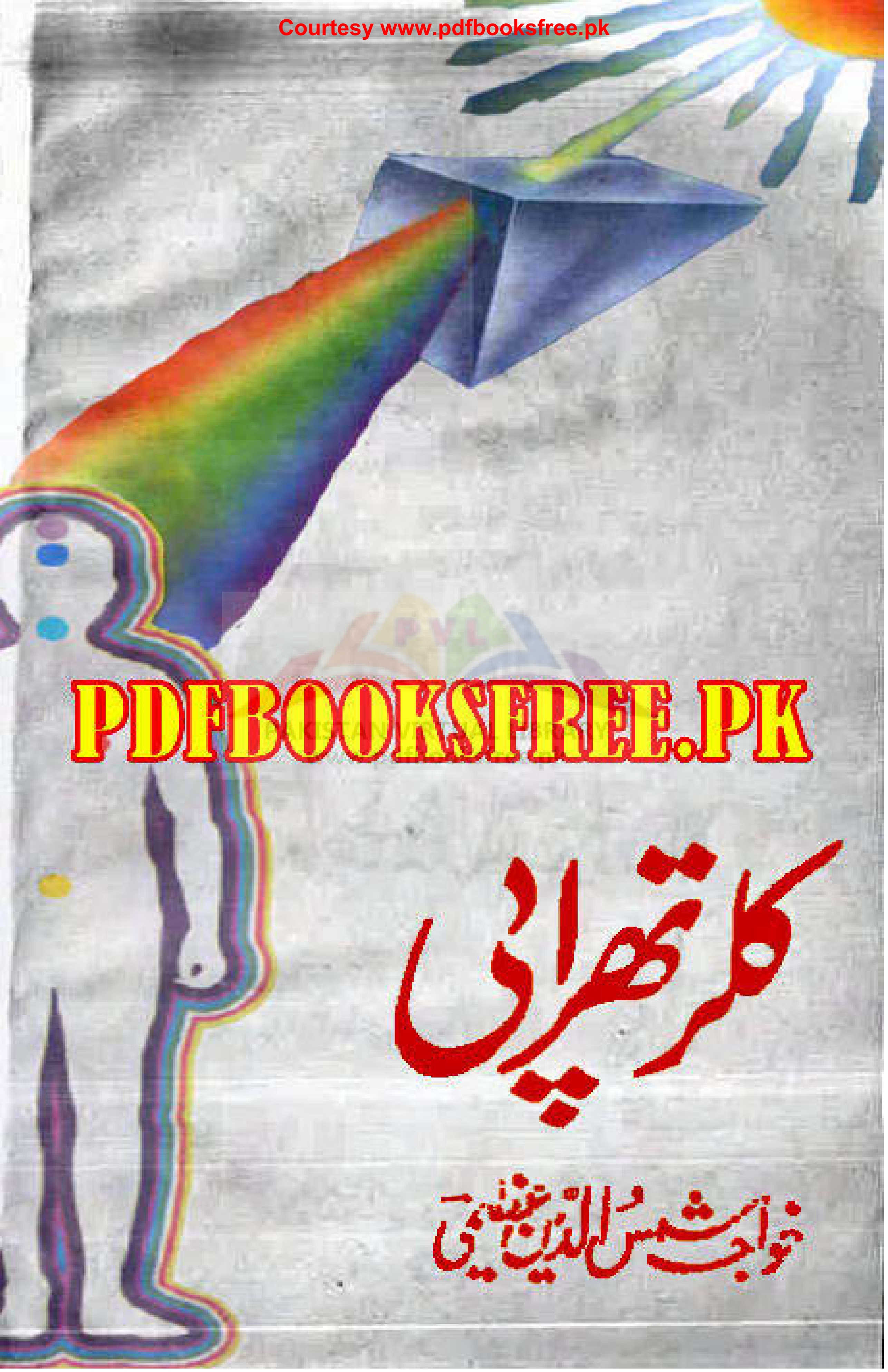
Courtesy www.pdfbooksfree.pk



PDFBOOKSFREE.PK

کلر تھراپی

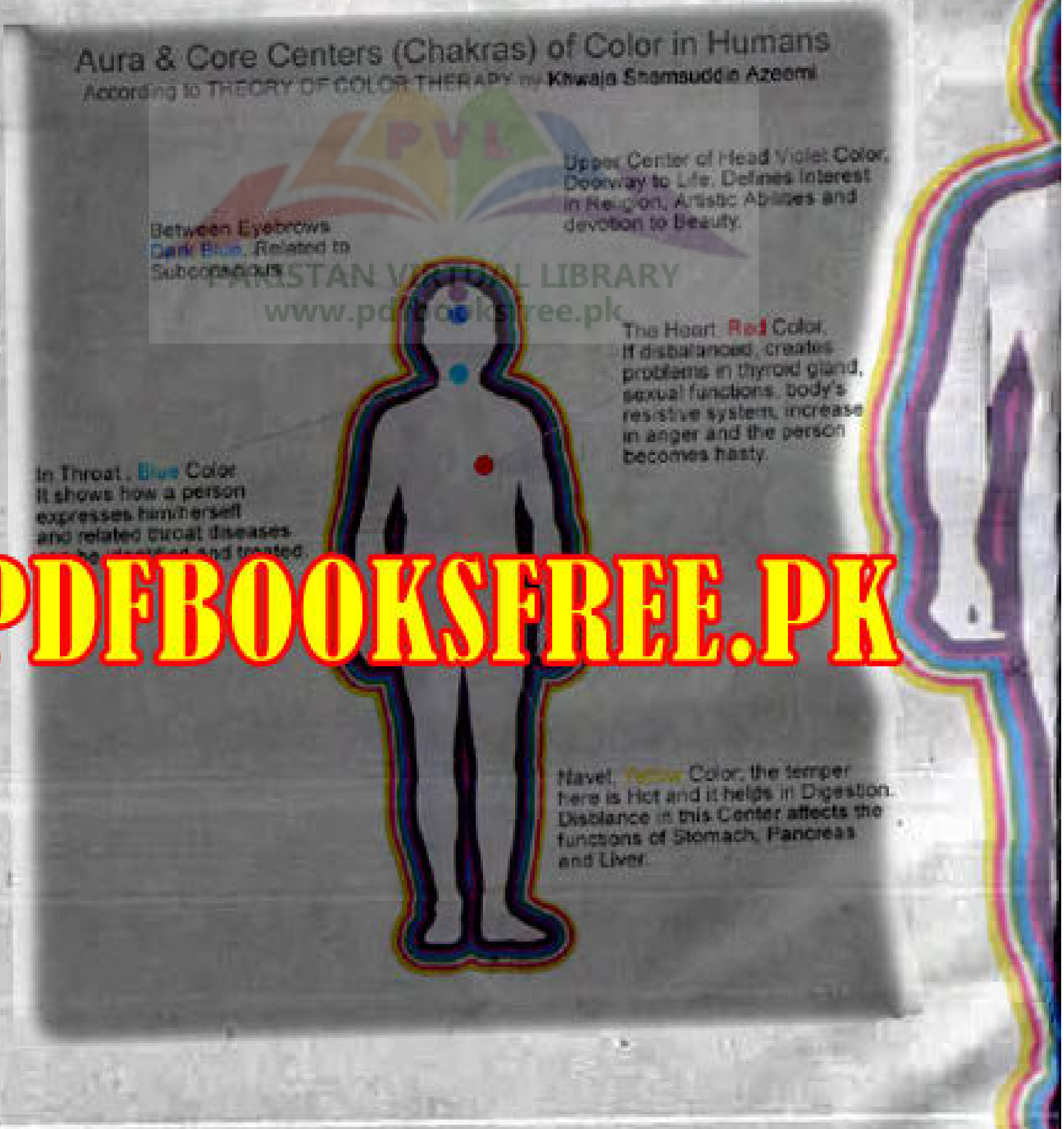
خواجہ شمس الدین عظیمی

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

COLOR THERAPY

BY

Khwaja Shamsuddin Azeemi
Patriarch Azeemia Sufi Order



PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk
PDFBOOKSFREE.PK

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

کلر تھراپی

کتاب کلر تھراپی کو پیش کرنے کا بنیادی مقصد یہ ہے کہ رنگوں پر کی گئی تحقیق سے پوری نوع انسانی کو فائدہ پہنچے اور مستقبل کے غیر جانبدار محقق کے لئے تحقیق و تلاش کے نئے روزن کھلیں۔

رنگوں کی تاریخ میں روشنی کا طولِ موج اور فریکوئنسی ..... رنگوں کی تخلیق ..... رنگ فی الواقع کیا ہیں ..... رنگوں سے متعلق سائنسی نظریات..... رنگوں سے متعلق روحانی نظریہ..... کائنات میں رنگ اور لہروں کا نظام..... لہروں کی تقسیم سے حواس کا بننا اور لہروں کی کمی بیشی سے انسان کے اندر لاشمار خلیات میں ہونے والی کیمیاوی تبدیلیاں ..... اس کتاب میں ان سب پہلوؤں پر سیر حاصل بحث کی گئی ہے۔

انتساب

حضرت لقمان علیہ السلام کے نام

جِن کو اللہ تعالیٰ نے حِکمت عطا کی

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

وَلَقَدْ اٰتَيْنَا لُقْمٰنَ الْحِكْمَةَ اَنِ اشْكُرْ لِلّٰهِ

(لقمٰن — ۱۲)

اور ہم نے لقمان کو حکمت دی
تاکہ وہ اللہ کا شکر کرے

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

اور جو بکھیرا ہے تمہارے واسطے زمین میں کئی رنگ کا اس میں نشانی ہے ان لوگوں کو جو سوچتے ہیں ○

اور اس کی نشانیوں سے ہے آسمان زمین کا بنانا اور بھانت بھانت بولیاں تمہاری اور رنگ اس میں بہت پتے ہیں بوجھنے والوں کو ○

تونے دیکھا؟ کہ اللہ نے اتارا آسمان سے پانی پھر ہم نے نکالے اس سے میوے طرح طرح ان کے رنگ اور پہاڑوں میں گھاٹیاں ہیں سفید اور سرخ طرح طرح ان کے رنگ اور بھجنگ کالے ○

نکلتی ان کے پیٹ میں سے پینے کی چیز جس کے کئی رنگ ہیں اس میں آزار چنگے ہوتے ہیں لوگوں کے اس میں پتہ ہے ان لوگوں کو جو دھیان کرتے ہیں ○

(القرآن)

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

فہرست مضامین

باب ❶ کلر تھراپی کا نظریہ

.... 21

باب ❷ روشنی اور رنگ

تعارف 26
طلیف 26
رنگ اور بصارتی نظام 28
رنگ کیوں نظر آتے ہیں 29
رنگوں کی روحانی تھیوری 29
دھنک رنگ 35
آسمانی رنگ 35
نیلا رنگ 39

باب ❸ افادیت اور خواص

سورج کی روشنی کے اثرات 41
قدرتی روشنی بمقابلہ مصنوعی روشنی 45

باب ❹ رنگ اور صحت

رنگ اور غذا 50
رنگوں کے نفسیاتی اثرات 51
جسم مثالی 56
رنگوں کے مراکز 59

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

فہرست مضامین

باب ۵ رنگوں کے خواص

خواص 63

سرخ رنگ 64

نارنجی رنگ 66

زرد رنگ 67

سبز رنگ 68

آسمانی رنگ 71

نیلا رنگ 72

بنفشی رنگ 73

قرمزی رنگ 74

شعور کا سفر 75

باب ۶ رنگ اور الہامی کتابیں

..... 77

باب ۷ تخلیق اور رنگ

..... 85

باب ۸ مرض اور رنگین خواب

..... 87

فہرست مضامین

باب ۹ امراض کی تشخیص

بیماری کی وجوہات 96

لطیف اور کثیف وجود 103

رنگوں میں کمی بیشی معلوم کرنے کا طریقہ 104

باب ۱۰ طریقہ علاج

اصول 108

رنگوں سے علاج کا طریقہ 108

باب ۱۱ نظام ہضم، جگر اور لبلبہ کی بیماریاں

معدہ کا زخم 114

نفخ و قراقر معدہ 115

پیٹ کے کیڑے 116

اسہال 117

پیچش 117

ہیضہ 119

قبض 120

ذہنی دباؤ کی وجہ سے پیٹ کی خرابی 121

ہاضمہ کی خرابی 122

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

فہرست مضامین

ہچکی 123
چھوٹی آنت کی سوزش 124
بڑی آنت کی سوزش 125
خونی بواسیر 126
ریح البواسیر 128
بھگندر 129
یرقان 129
ورم جگر 131
جگر کا سکڑ جانا 132
استسقاء 134
ذیابیطس 135
خونی قے 140

باب ۱۲ نظام تنفس کی بیماریاں

نزلہ و زکام 141
کھانسی 143
دمہ 144
نمونیا 145
ٹی بی 146

فہرست مضامین

باب ۱۳ دل اور نظام خون کی بیماریاں

اختلاج قلب 148
انجائنا 149
دل کا دورہ 150
خون کی کمی 152
لو بلڈ پریشر 154
ہائی بلڈ پریشر 155
جسم پر نیلے نشانات 157

باب ۱۴ مردانہ امراض

جریان 158
جلق 159
نامردی 160
سرعت انزال 162
کثرت احتلام 164

باب ۱۵ گردہ اور مثانہ کے امراض

بستر میں پیشاب 166
سوزاک 167

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

فہرست مضامین

گردوں کا ورم ... 169
گردوں کا حاد ورم ... 169
گردوں کا مزمن ورم ... 170
درد گردہ ... 171
مثانے اور پیشاب کی نالی کا ورم ... 172
پیشاب میں خون آنا ... 173

باب 16 دماغی امراض

صفراوی درد سر ... 175
درد شقیقہ ... 176
آنکھوں کے نیچے اندھیرا آنا ... 177
لکنت ... 178
مرگی ... 179
دماغی ورم ... 184
گردن توڑ بخار ... 185
فالج ... 187
سر میں پانی بھر جانا ... 188
بل لقوہ ... 189
رعشہ ... 191

فہرست مضامین

غشی ۔ بے ہوشی ... 192
سکتہ ... 193
عرق النساء ... 195

باب 17 ہارمونز کی بیماریاں

تھائی رائیڈ ہارمونز کی زیادتی ... 198
تھائی رائیڈ ہارمونز کی کمی ... 199

باب 18 نفسیاتی بیماریاں

شیزوفرینیا ... 202
ڈپریشن ... 206
جنون ... 207
پاگل پن ... 210
نسیان ... 212
ڈراؤنے خواب ... 214
نیند نہ آنا ... 215
ہسٹیریا ... 217
خوف اور وحشت ... 219
فوبیا ... 220

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

فہرست مضامین

تکرار خیال اور تکرار عمل 222

ٹینشن کی وجہ سے سردرد 224

باب 19 جلد کے امراض

سیاہ داغ 227

کیل۔مہاسے 228

گرمی دانے 229

پتی اچھلنا 231

داد 231

چمبل۔سوریاسس 233

برص 234

باب 20 بچوں کی بیماریاں

دانت نکلنا 238

کھانسی 239

اسہال 240

ام الصبیان 242

کالی کھانسی 243

چیچک 244

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

فہرست مضامین

لاکڑا کاکڑا 247

کزاز 248

خسرہ 248

باب 21 عورتوں کے امراض

ایام تکلیف سے آنا 250

ایام کا رک جانا 251

ایام کی زیادتی 253

اندام نہانی کا ورم 254

لیکوریا 255

بانجھ پن 257

حمل ضائع ہو جانا 259

دودھ کی کمی 260

باب 22 ناک' کان' گلے کے امراض

منہ میں چھالے 261

حاد گلے کا ورم 262

مزمن گلے کا ورم 262

الرجی کی وجہ سے ناک کا بہنا 263

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

فہرست مضامین

نکسیر پھوٹنا 265

سائی نس کا ورم 266

دانتوں کا درد 267

پائیریا 268

باب ۲۲ آنکھ کی بیماریاں

نگاہ کی کمزوری 270

شبکوری 271

آشوب چشم 272

گوہانجنی 273

پپوٹوں کا ورم 274

آنکھ کی بیرونی جھلی کا ورم 275

باب ۲۳ متفرق امراض

گٹھیا 277

نقرس 279

بھوک نہ لگنا 280

موٹاپا 282

دانت پیسنا 283

فہرست مضامین

جسمانی کمزوری 284

بفا۔ بھوسی 284

لو لگنا 285

ٹائیفائیڈ 286

ملیریا 287

ایڈز 288

قد اور وزن کا چارٹ 290

تجربات

ڈاکٹر فیاض حکیم 292

ڈاکٹر شگفتہ فیروز 296

ڈاکٹر جاوید سمیع 301

ڈاکٹر ناہید جاوید 305

ڈاکٹر میاں مختار الحق 309

ڈاکٹر مظفر الدین 315

ڈاکٹر عبد الغفور 319

ڈاکٹر عامر فیاض 322

حکیم وقار یوسف 326

حکیم قاضی مقصود احمد 331

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

فہرست مضامین

حکیم محمد ذوالفقار کھوکھر 337
حکیم سلام عارف 340
حکیم نور عجم 345
ڈاکٹر احمد ممتاز اختر 350
ڈاکٹر جمیل احمد صدیقی 354
ڈاکٹر حنا طاہر جلیل 357
ڈاکٹر ایس نیلوفر 360
محمد ظفر کیمسٹ 364
گراف 366
گراف 367
گراف 368
گراف 369
بیماریوں کے اردو / انگریزی نام 370

عرض داشت

رنگوں کی تھیوری، رنگوں کی افادیت اور رنگوں سے علاج کے بارے میں عوام تک معلومات بہم پہنچانے کے لئے ۱۹۶۰ء سے ملک کے مختلف اخبارات روزنامہ حریت، جسارت، مشرق، اعلان، ملت (گجراتی)، جنگ پاکستان، جنگ لندن، اخبار جہاں اور MAG میں مختلف عنوانات سے کالم لکھے گئے۔

اخبارات، روحانی ڈائجسٹ پاکستان روحانی ڈائجسٹ انٹرنیشنل برطانیہ اور بالمشافہ ملاقات کے ذریعے جن لوگوں کو مشورہ دیا گیا یا علاج کیا گیا ان کی تعداد تقریباً ۱۸ لاکھ ہے۔ ۲۰ سال کے عرصے میں جیسے جیسے لوگوں نے اس طریقہ علاج سے استفادہ کیا ہے ہم ان کے تجربات کو محفوظ کرتے رہے۔

مارچ ۱۹۷۸ء میں کتاب رنگ اور روشنی سے علاج شائع ہوئی تھی جو عوام میں بہت مقبول ہوئی اس کتاب کی مسلسل اشاعت جاری ہے۔ رنگوں سے علاج کے سلسلہ میں مختلف کتابیں لکھی جا چکی ہیں میں نے ان کتابوں کا گہری نظر سے مطالعہ کیا ہے اس کے علاوہ اپنے ذہن سے اضافے کئے پھر ان اضافوں کا اور اس چھان بین کا تجزیہ کیا ہے۔

یہ تو میں نہیں کہہ سکتا کہ مریضوں کو سو فیصدی فائدہ ہوا ہے لیکن اتنا ضرور ہے کہ اگر صحیح طریقہ کار سے علاج کیا جائے تو ننانوے فیصدی فائدہ

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ہوگا۔ سب سے بڑی بات یہ ہے کہ علاج مفت برابر ہے۔ آسان ہے اور کوئی پابندی یا کسی قسم کا قابل ذکر پرہیز ان علاجوں میں نہیں کیا جاتا اور یہ علاج ہر گھر میں جو پانی استعمال ہوتا ہے اسی پانی سے ہوتا ہے۔ فرق اتنا ہے کہ چند قسم کے رنگ پانی میں سرائیت کرجاتے ہیں جب یہ پانی استعمال ہوتا ہے تو معدہ اس کو چیک نہیں کرتا بلکہ براہ راست یہ پانی خون میں اور اعصاب میں شامل ہوجاتا ہے۔ یہ اس کی بہت بڑی خصوصیت ہے جو دنیا کی کسی دوا میں نہیں ہے۔ آپ اس بات سے اندازہ لگا سکتے ہیں کہ انسانی جسم کے اندر یہ پانی کیا تغیر پیدا کرسکتا ہے۔

دوسری خصوصیت یہ ہے کہ یہ پانی خون کے اندر دور کرتا ہے جیسے عام پانی دور کرتا ہے۔ یہ خصوصیت بھی دنیا کی کسی دوا میں نہیں ہے۔

تیسری سب سے بڑی اس کی اہمیت یہ ہے کہ یہ پانی جس وقت خون کے اندر گردش کرتا ہے اس وقت رگوں' نسوں اور گوشت پوست کے اندر اس کا رنگ اور اس کی خاصیت تحلیل ہوجاتی ہے اور عام پانی جو باقی رہا وہ خارج ہوجاتا ہے۔ پسینہ کے ذریعہ یا بول براز کے ذریعہ۔

دنیا کی ہر دوا اپنا اثر چھوڑتی ہے اور اپنا اثر چھوڑ کر خارج ہوجاتی ہے۔ کلر تھراپی کی طرح اعصاب میں پیوست نہیں ہوتی یہ اسی علاج کی ایک اہم خصوصیت ہے۔

کلر تھراپی سے تیارشدہ پانی کی ایک خاصیت یہ بھی ہے کہ رنگ سے جو پانی الگ ہوتا ہے وہ پانی اعصاب کو رگوں کو دل اور دماغ کو اور خون کے

ذرات کو سب کو دھوڈالتا ہے اور جتنے زہریلے مادے ہوتے ہیں انہیں اپنے ساتھ لے جاتا ہے۔ جو خارج ہوجاتے ہیں۔

اس کتاب کلر تھراپی کو پیش کرنے کا بنیادی مقصد یہ ہے کہ رنگوں پر کی گئی تحقیق سے پوری نوع انسانی کو فائدہ پہنچے اور مستقبل کے غیرجانبدار محقق کے لئے تحقیق و تلاش کے نئے روزن کھلیں۔

رنگوں کی تاریخ رنگوں میں روشنی کا طول موج اور فریکوئنسی رنگوں کی تخلیق رنگ فی الواقع کیا ہیں؟ رنگوں سے متعلق موجودہ سائنسی نظریات' رنگوں سے متعلق روحانی نظریہ' کائنات میں رنگ اور لہروں کا نظام' لہروں کی تقسیم سے حواس کا بننا اور لہروں کی کمی بیشی سے انسان کے اندر لاشمار خلیات میں ہونے والی کیمیاوی تبدیلیاں کتاب میں ان سب پہلوؤں پر سیر حاصل بحث کی گئی ہے۔

ایلوپیتھی یونانی طب ہومیوپیتھی ایکوپنکچر ایورویدک مقناطیسی علاج بایوکیمک یا کوئی بھی طریقہ علاج ہو سب میں یہ بات مشترک ہے کہ جسم پر ارتعاش کے ذریعہ اثرات مرتب ہوتے ہیں۔

ارتعاش دو طرح ہوتا ہے۔

۱- بالواسطہ

۲- براہ راست

تمام طریقہ ہائے علاج میں جسم پر ارتعاش کا اثر بالواسطہ ہوتا ہے جبکہ کلر تھراپی میں جسم پر ارتعاش کا اثر براہ راست ہوتا ہے۔ ڈاکٹرز' ہومیوپیتھ اور

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

حکماء نے اس طریقہ علاج سے استفادہ کیا تو نتائج اطمینان بخش اور حوصلہ افزاء رہے۔

کلر تھراپی پر مزید ریسرچ جاری ہے۔ انشاء اللہ یہ طریقہ علاج علم طب کو ایک نئے دور میں داخل کردے گا اور اس آسان اور مفت برابر علاج سے مخلوق خدا کو فائدہ پہنچے گا۔ یہ بات بعید از امکان نہیں ہے کہ فطرت سے ہم آہنگ علاج کلر تھراپی عوام الناس اور خواص میں قبولیت عام حاصل کرے گا۔

ہم نے ایک لیبارٹری قائم کی ہے۔ اس لیبارٹری میں "کروم" کے نام سے نئے نئے تجربات کئے جا رہے ہیں جس میں اللہ کے فضل و کرم سے کامیابی ہو رہی ہے۔ اللہ کی ذات پر یقین ہے کہ تجربات کے بعد رنگین پانی سے علاج کے ساتھ ساتھ نئی نئی دوائیں وجود میں آئیں گی اور عوام الناس کو کلر تھراپی سے علاج کرنے میں مزید آسانیاں فراہم ہو جائیں گی۔

آپ کی دعاؤں کا محتاج
خواجہ شمس الدین عظیمی
مرکزی مراقبہ ہال
سرجانی ٹاؤن۔ کراچی
یکم جون ۱۹۹۸ء

کلر تھراپی کا نظریہ

بقا کے لئے انسان کئی چیزوں کا محتاج ہے۔ اس میں ایک ضرورت بیماریوں سے محفوظ رہنا اور شفا حاصل کرنا ہے۔ بیماری کیسے بنی' دنیا میں پہلا بیمار کون تھا' دوا کا خیال کس کے ذہن میں آیا' پہلی دوا کس نے ایجاد کی' اس سلسلے میں حکماء نے مختلف باتیں کہی ہیں۔ تاہم بعض قدیم حکماء کی رائے میں یکسانیت پائی جاتی ہے۔

بقراط Hippocrat اور جالینوس Galen کا گمان ہے کہ یہ فن الہامی ہے۔ ابو جابر مغربی اور اس کے ہم خیال دانشوروں کی رائے میں فن طب کی بنیاد وحی ہے۔ کتاب "عیون الانبیاء" میں فن طب کو الہامی بتایا گیا ہے۔ حضرت شیثؑ حضرت ادریسؑ حضرت داؤدؑ حضرت لقمانؑ حضرت سلیمانؑ حضرت موسیٰؑ اور حضرت عیسیٰؑ کے دور میں طب کا فن رائج رہا ہے۔ علم طب سیدنا حضور علیہ الصلوۃ والسلام کے زمانے میں موجود تھا اور آج بھی حضور علیہ الصلوۃ والسلام کا معین کردہ علاج موجود ہے۔

علاج انسان کی ایسی ضرورت ہے جو موت و حیات کے مابین گردش کرتی

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ہے۔ بیماری سے نجات حاصل کرنے کے لئے انسان نے ہر دور میں تدبیر کی ہے۔ ان تدابیر سے نئے نئے نظریئے قائم ہوتے رہے اور ان نظریات پر نئے نئے فلسفے بنتے رہتے ہیں۔

طب کا بنیادی فلسفہ یہ ہے کہ بیمار انسان کو شفابخش اصولوں اور علاج معالجہ سے صحت مند کر دیا جائے۔

بیماری کی وجوہات اور علاج کے طریقے مختلف ہیں۔ ہر طریقہ علاج ایک فلسفہ ہے جس کے مطابق علاج تجویز کیا جاتا ہے۔ دنیا میں جس طرح دوسرے علوم ترقی پذیر ہیں اسی طرح علم طب بھی ترقی پذیر ہے۔ دوسرے نظریات اور فلسفوں کی طرح فن طب کے فلسفے میں ہر روز پیش رفت ہو رہی ہے۔

فلسفے بنتے رہتے ہیں ان پر تنقید بھی ہوتی رہتی ہے اور ان کے مقابلے میں دوسرے نئے فلسفے بھی پیش ہوتے رہتے ہیں لیکن بقا ان ہی فلسفوں اور نظریات کو ملتی ہے جو قانون قدرت اور فطرت انسانی کے مطابق ہیں۔

رنگ آفاقی قوت کا ایک مظہر ہیں اور آفاقی قوتیں زندگی کی ضامن ہیں۔ ہمارے اسلاف نے رنگوں کو سمجھنے کے لئے بڑی عرق ریزی سے قوانین اور اصول وضع کئے ہیں۔

انسانوں کی فلاح کے لئے اسلاف نے بابل مصر آشوریہ یونانی ایرانی ہر دور میں رنگوں سے استفادہ کیا ہے۔

بقراط سالیوس جالینوس اور پلانی کے کتبات بھی اس بات کے شاہد ہیں

کہ مصری یونانی اور رومن اپنے مکانوں میں ایسا صحن بنواتے تھے جس میں ہر موسم میں دھوپ آتی رہے۔

حکیم بوعلی سینا نے ۹۰۰ سال قبل اپنی شہرہ آفاق کتاب "القانون" میں رنگ و روشنی کی افادیت پر اظہار خیال کیا ہے۔ حضرت عیسیٰؑ کی پیدائش سے ۵۰۰ سال قبل فیثاغورث کے زمانے میں لوگ اپنا علاج رنگوں سے کیا کرتے تھے۔ انہیں یہ بھی معلوم تھا کہ رنگوں کے ذریعے اعصابی نظام بحال کیا جا سکتا ہے۔

بے شمار بیمار اور معذور افراد گرجا گھروں میں جانے سے صحت یاب ہو جاتے تھے۔ اس کی وجہ یہ تھی کہ ان عبادت گاہوں کی کھڑکیوں میں سرخ ارغوانی سبز اور زرد رنگ کے شیشے ہوتے تھے۔ سورج کی روشنی جب ان شیشوں میں سے گزر کر مریضوں پر پڑتی تھی تو وہ تندرست ہو جاتے تھے۔

رنگ اجسام کے اندر جنریٹر (Generator) کا کام کر رہے ہیں۔ سورج کائناتی قوتوں کا نہ ختم ہونے والا ایسا خزانہ ہے جو زمینوں پر بسنے والی مخلوق کو انرجی (Energy) فراہم کرتا ہے۔ اگر سسٹم میں خرابی واقع ہو جائے اور کرہ ارضی سورج کی روشنی سے محروم ہو جائے تو درخت پھول پھلواری سبزہ اور دوسرے تمام جاندار ختم ہو جائیں گے۔

ہم اس بات سے صرف نظر نہیں کر سکتے کہ ہماری غذا میں براہ راست سورج کی روشنی کا عمل دخل ہے۔ ہماری غذائیں اور ہر چیز رنگین ہے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

انسان کے اندر تلاش تجسس تفکر ایقان وجدان اور مشاہدہ کی صفت کام کر رہی ہے۔ جب کوئی انسان ان تخلیقی صلاحیتوں کا کھوج لگاتا ہے اور ان صلاحیتوں سے کام لینے کی طرف متوجہ ہوتا ہے تو آفاقی قوانین منکشف ہو جاتے ہیں لیکن المیہ یہ ہے کہ انسان نے اپنے اوپر عصبیت جہالت اور خود غرضی کی چادر اوڑھ لی ہے اور وہ روز بروز روشنی سے محروم ہو رہا ہے۔

روشنی کے استعمال سے عدم واقفیت کی بناء پر اکثر لوگ بے شمار جسمانی اور اعصابی امراض کا شکار ہوتے ہیں۔ ان امراض میں ذہنی بیماریاں جذباتی بیماریاں بے راہ روی سے پیدا ہونے والے امراض مثلاً کینسر ایڈز بے خوابی بلڈ پریشر اور ہر روز سائنسی ترقی کے ساتھ ساتھ نئی نئی مشکلات و مصائب اور ان کے نتیجہ میں پیچیدہ اور لاعلاج بیماریاں شامل ہیں۔

بیماریاں دو طرح کی ہوتی ہیں:۔

۱۔ چھوٹے اور اندھیرے گھروں میں رہائش دفتروں میں غیر صحت مند ماحول اور ناموافق آب و ہوا جسم کو بیماریوں کی آماجگاہ بنا دیتی ہے۔

۲۔ وہ بیماریاں جو شک بے یقینی اور وسوسوں سے پیدا ہوتی ہیں یعنی جذباتی رویہ پراگندہ ذہنی دماغی کشمکش اعصابی کشاکش مادیت پرستی عدم تحفظ کا احساس انتشار اور روحانی علوم سے عدم واقفیت نئے نئے امراض کا سبب ہے۔

رنگوں میں ایسی شفا بخش خاصیت موجود ہے جو دونوں طرح کے مریضوں

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

کو صحت فراہم کرتی ہے۔ رنگ ہمارے اذہان ہمارے احساسات ہمارے اندر کے اندھیرے اور ہمارے جسم کی کثافتیں ختم کرنے کا ذریعہ ہیں۔

ہماری روح روشنیوں کا ایک ایسا منبع ہے جس سے ہمہ وقت رنگین روشنیاں نکلتی رہتی ہیں۔ یہ روشنیاں جسم کو سیراب کرتی ہیں اور انہی روشنیوں کی وجہ سے جسم اور اس کے تمام اعضاء اپنے معینہ افعال بحسن و خوبی انجام دیتے ہیں۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

روشنی اور رنگ

تعارف

روشنی ایک برقی مقناطیسی توانائی ہے۔ سائنسی نقطہ نظر سے روشنی کا بنیادی ذرہ فوٹان (Photon) ہے۔ روشنی ہر قسم کی شفاف اشیاء میں سے اور خلاء میں سے گزر سکتی ہے۔ سفر کرنے کے لئے اسے کسی وسیلے کی ضرورت نہیں پڑتی۔

رنگ کے بارے میں مختلف نظریات ہیں۔ روشنی دراصل مختلف ارتعاشات اور طول موج کا مجموعہ ہے۔ روشنی کی ایک خاص طول موج کا آنکھ کے پردے اور دماغ پر محسوس ہونا رنگ ہے۔

طیف

۱۶۶۶ء میں سر آئزک نیوٹن نے کشش ثقل کا اصول اور رنگ کا نظریہ پیش کیا۔ اس نظریہ کے مطابق سفید روشنی یا سورج کی شعاعیں جب منشور (Prism) سے گزرتی ہیں تو جن لہروں کے مجموعہ سے وہ تشکیل پاتی ہیں وہ

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

اپنے الگ الگ تموج کے لحاظ سے منقسم ہوجاتی ہیں اور ہم اس تقسیم کو سات رنگ کی صورت میں دیکھ لیتے ہیں۔ باقی سب رنگ انہی رنگوں کے شیڈز (Shades) ہیں۔ روشنی کی تقسیم سے پیدا شدہ اس دھنک نما رنگ برنگ پٹی کو طیف (Spectrum) کہتے ہیں۔ طیف کے رنگوں کو ان کے طول موج کے مطابق درجہ دیا جاتا ہے۔ طیف پر نظر آنے والے رنگ سرخ نارنجی زرد سبز آسمانی نیلا اور بنفشی ہیں۔ ہماری آنکھیں.زرد اور سبز رنگ کے لئے نہایت حساس ہوتی ہیں۔ دلچسپ بات یہ ہے کہ سورج کی شعاعیں بھی زرد اور سبز رنگ کے طول موج پر زیادہ شدت سے پڑتی ہیں۔

طیف پر جو رنگ ہمیں نظر آتے ہیں وہ دراصل طیف کا صرف مرئی حصہ ہے۔ اس کو مرئی طیف (Visible Spectrum) کہتے ہیں۔ وہ لہریں جن کا طول موج بنفشی رنگ کے طول موج (380 mμ) سے چھوٹا ہوتا ہے، ہمیں نظر نہیں آتیں۔ مثلاً بالائے بنفشی (Ultra Violet) لہریں ایکسریز گاما لہریں۔

اسی طرح وہ لہریں جن کا طول موج سرخ رنگ کے طول موج (780 mμ) سے زیادہ ہوتا ہے وہ بھی ہم نہیں دیکھ سکتے۔ مثلاً زیریں سرخ (Infra Red) اور مائیکروویو وغیرہ۔

یہ ضروری نہیں ہے کہ ہر آدمی لازماً مرئی طیف کے سات رنگوں کے علاوہ دوسرے رنگ نہیں دیکھ سکتا۔ ہوسکتا ہے کہ کچھ افراد طیف کی دوسری لہروں کو بھی دیکھ سکتے ہوں۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

رنگ اور بصارتی نظام

ہم رنگ کو کیسے دیکھتے ہیں۔ اس کے بارے میں مختلف نظریات ہیں۔ عام طور پر جس نظریہ کو قبول کیا جا رہا ہے وہ کلاسیکل تھیوری (Classical Theory) ہے۔

کلاسیکل تھیوری ماہر علم طبیعات یانگ (Young) اور ماہر علم الاعضاء ہیلم ہولٹز (Helm Holtz) نے پیش کی۔ اس کو یانگ ہیلم ہولٹز تھیوری بھی کہا جاتا ہے۔ یہ دونوں سائنسدان اس بات سے متاثر ہوئے کہ تین رنگ دوسرے تمام رنگوں کے مرکب بنانے کے لئے کافی ہوتے ہیں۔

اس نظریہ کے مطابق آنکھ کے پردے پر تین قسم کے کونز (Cones) ہوتے ہیں۔ ایک کون سرخ رنگ دوسرا کون زرد رنگ اور تیسرا کون آسمانی رنگ کے طول موج کے لئے حساس ہوتا ہے۔ اب جس رنگ کا طول موج دماغ کے پردے سے ٹکراتا ہے وہ متعلقہ کون کو متحرک کر دیتا ہے۔ جس کی وجہ سے ہم وہ رنگ دیکھ لیتے ہیں۔ دوسرے تمام رنگ دو یا تینوں کونز کے متحرک ہونے سے نظر آتے ہیں۔ مثلاً بنفشی رنگ کا طول موج ان دو کونز کو متحرک کرتا ہے جو کہ سرخ اور آسمانی رنگ کے طول موج کے لئے حساس ہوتے ہیں۔ ان دونوں کونز کے متحرک ہونے سے ہمیں بنفشی رنگ نظر آتا ہے۔

رنگ کیوں نظر آتے ہیں

رنگ دراصل روشنی کی وہ خاصیت ہے جو اندھیرے سے مل کر بنتی ہے۔ کسی شئے (Object) کا رنگ ہمیں کالا اس لئے نظر آتا ہے کہ وہ شئے روشنی کی تمام لہروں کو جذب کر لیتی ہے۔ کسی شئے کا رنگ ہمیں سفید اس لئے نظر آتا ہے کہ وہ شئے روشنیوں کی تمام لہروں کو منعکس کر رہی ہے۔ ہم سرخ رنگ اسی وقت دیکھتے ہیں جب کوئی شئے سرخ رنگ کے علاوہ طیف کے دیگر تمام رنگوں کو جذب کر لے۔ یہی صورت حال دوسرے رنگوں کی ہے۔

رنگ کیوں ہیں' کیسے بنتے ہیں' بنیادی رنگ کیا ہے' ابھی تک بالکل واضح صورتحال سامنے نہیں آئی۔ کچھ لوگ بنیادی رنگ چار بتاتے ہیں کچھ لوگ بنیادی رنگ تین مانتے ہیں ایک گروہ کالے رنگ کو اصل رنگ کہتا ہے' قلندر بابا اولیاءؒ آسمانی رنگ کو اصل قرار دیتے ہیں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

رنگوں کی روحانی تھیوری

عظیم روحانی سائنس دان حضور قلندر بابا اولیاءؒ فرماتے ہیں کہ

انسان اب تک رنگوں کی تقریباً" ۷۰ قسمیں دریافت کر چکا ہے لیکن ان ساتھ رنگوں میں امتیاز بہت ہی زیادہ تیز نگاہ رکھنے والے کر سکتے ہیں۔ نگاہ جس چیز کو محسوس کرتی ہے انسان اس کو رنگ روشنی جواہرات اور آخر میں پانی کا نام دیتا ہے۔ آدمی جب خلاء میں دیکھتا ہے اور خلاء سے ٹکرا کر نظر

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

واپس دماغ کی اسکرین پر آتی ہے اور دماغ پر جو تاثر ہوتا ہے وہ تاثر آسمانی رنگ نظر آتا ہے۔

بارش کے بعد جب فضا گرد و غبار سے صاف ہوجاتی ہے تو آسمانی رنگ کی شعاعیں اپنے مقام کے اعتبار سے رنگ بدلتی ہیں۔ یہاں مقام سے مراد وہ فضا ہے جس کو انسان بلندی پستی وسعت اور زمین سے قربت یا دوری کا نام دیتا ہے۔ یہی حالات آسمانی رنگ کو ہلکا گہرا اور زیادہ گہرا' زیادہ ہلکا یہاں تک کہ مختلف رنگوں میں تبدیل کردیتے ہیں۔ حد نگاہ سے زمین کی طرف لوٹیئے تو آسمانی رنگ کی لاتعداد رنگین شعاعیں ملیں گی۔ یہاں اس لفظ رنگ کو قسم کہا جا سکتا ہے۔ دراصل قسم ہی وہ چیز ہے جو ہماری نگاہوں میں رنگ کہلاتی ہے۔ یعنی رنگ کی قسمیں صرف رنگ ہی نہیں بلکہ رنگ کے ساتھ فضا میں اور بہت سی چیزیں ملی ہوئی ہیں۔ جو اس میں تبدیلی پیدا کردیتی ہیں۔ رنگ کا جو منظر ہمیں نظر آتا ہے اس میں روشنی آکسیجن گیس نائٹروجن گیس اور قدرے دیگر گیسیں (Gases) بھی شامل ہیں۔ ان گیسوں کے علاوہ کچھ سائے (Shades) بھی ہوتے ہیں جو ہلکے ہوتے ہیں یا دبیز' کچھ اور اجزاء بھی اسی طرح آسمانی رنگ میں شامل ہوجاتے ہیں۔ ان ہی اجزاء کو ہم مختلف قسمیں کہتے ہیں یا مختلف رنگوں کا نام دیتے ہیں لیکن ہمیں یہ نہیں بھولنا چاہیے کہ ان میں ہلکے اور دبیز سایوں کو بڑی اہمیت حاصل ہے۔

جس فضا سے ہمیں رنگ کا فرق نظر آتا ہے اس فضا میں نگاہ اور حد نگاہ

کے درمیان باوجود مطلع صاف ہونے کے بہت کچھ موجود ہوتا ہے۔

روشنیوں کا سرچشمہ کیا ہے۔ اس کا بالکل صحیح علم انسان کو نہیں ہے۔ قوس و قزح کا جو فاصلہ بیان کیا جاتا ہے وہ زمین سے تقریباً نو کروڑ میل ہے۔ اس کا مطلب یہ ہوا کہ جو رنگ ہمیں اتنے قریب نظر آتے ہیں وہ نو کروڑ میل کے فاصلے پر ہیں۔ اب یہ سمجھنا مشکل کام ہے کہ سورج کے اور زمین کے درمیان علاوہ کرنوں کے اور کیا کیا چیزیں موجود ہیں جو فضا میں تحلیل ہوتی رہتی ہیں۔ جو کرنیں سورج سے ہم تک منتقل ہوتی رہتی ہیں ان کا چھوٹے سے چھوٹا جزو فوٹان (Photon) کہلاتا ہے۔

تصوف میں فوٹان کو جو نام دیا گیا ہے وہ "عارض" ہے۔ عارض کے معنی فوٹان پورے نہیں کرتا مگر مثال کے لئے مجبوراً" فوٹان کا نام استعمال کیا گیا ہے۔ عارض کے خواص میں سے ایک خاصیت یہ بھی ہے کہ اس میں فاصلے نہیں ہوتے اور وہ اتنے تیز رفتار ہوتے ہیں کہ جہاں سے روانہ ہوتے ہیں پل بھر میں کائنات کا چکر لگا کر واپس وہیں آجاتے ہیں۔ فوٹان کے بارے میں کچھ نہیں کہا جا سکتا کہ سائنس دانوں نے کیا فیصلہ کیا ہے مگر عارض کے بارے میں یہ بات یقینی ہے کہ وہ جس جگہ سے جس پل چلتا ہے اسی پل کائنات کا دورہ پورا کرکے اپنی جگہ پہنچ جاتا ہے۔ عارض کی تعداد سے پوری کائنات بھری پڑی ہے۔ عارض میں چونکہ Dimensions نہیں ہوتے اس لئے جب یہ کرنوں کی شکل میں پھیلتے ہیں تو نہ ایک دوسرے سے ٹکراتے ہیں

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

اور نہ ایک دوسرے کی جگہ لیتے ہیں۔

دوسرے رنگ کو پھر سمجھیں۔

فضا میں جس قدر عناصر موجود ہیں ان میں سے کسی عنصر سے عارض کا ٹکراؤ ہی دراصل اسپیس (Space) ہے۔

فضا کیا ہے؟ رنگوں کی تقسیم ہے۔ رنگوں کی تقسیم جس طرح ہوتی ہے وہ اکیلے عارض کی رو سے نہیں ہوتی بلکہ ان حلقوں سے ہوتی ہے جو عارض سے بنتے ہیں۔ جب عارض ان حلقوں سے ٹکراتے ہیں تو اسپیس (Space) یا رنگ وغیرہ کئی چیزیں بن جاتی ہیں۔

سوال پیدا ہوتا ہے کہ کرنوں میں یہ حلقے کیسے پڑے؟

ہمیں یہ تو علم ہے کہ ہمارے کہکشانی نظام میں بہت سے اسٹار یعنی سورج ہیں۔ وہ کہیں نہ کہیں سے روشنی لاتے ہیں ان کا درمیانی فاصلہ کم از کم پانچ نوری سال بتایا جاتا ہے۔ جہاں ان کی روشنیاں آپس میں ٹکراتی ہیں وہ روشنیاں چونکہ قسموں پر مشتمل ہیں اس لئے حلقے بنا دیتی ہیں۔ جیسے ہماری زمین یا دوسرے سیارے۔ اس کا مطلب یہ ہوا کہ سورج سے یا کسی اور اسٹار (Star) سے جن کی تعداد ہمارے کہکشانی نظام میں ۲ (دو) کھرب بتائی جاتی ہے اور جن کی روشنیاں سنکھوں کی تعداد پر مشتمل ہیں' جہاں ان روشنیوں کا ٹکراؤ ہوتا ہے وہیں ایک حلقہ بن جاتا ہے جسے سیارہ کہتے ہیں۔

آدمی سب سے پہلے آسمانی رنگ کا مخلوط یعنی بہت سے ملے ہوئے رنگوں

کو اپنے بالوں اور سر میں قبول کرتا ہے اور اس رنگ کا مخلوط پیوست ہوتا رہتا ہے۔ یہاں تک کہ جتنے خیالات کیفیات اور محسوسات وغیرہ اس مخلوط سے اس کے دماغ کو متاثر کرتے ہیں وہ اتنا ہی متاثر ہوتا ہے۔

دماغ میں کھربوں خانے ہوتے ہیں اور ان میں سے برقی رو گزرتی رہتی ہے۔ اس برقی رو کے ذریعہ خیالات شعور اور تحت الشعور سے گزرتے رہتے ہیں اور اس سے بہت زیادہ لاشعور میں۔ دماغ میں مخلوط آسمانی رنگ آنے سے اور پیوست ہونے سے خیالات کیفیات محسوسات وغیرہ برابر بدلتے رہتے ہیں۔ اس کی نوعیت یہ ہوتی ہے کہ اس رنگ کے سائے ہلکے بھاری یعنی طرح طرح سے اپنا اثر کم و بیش پیدا کرتے ہیں اور فوراً" اپنی جگہ چھوڑ دیتے ہیں تاکہ دوسرے سائے ان کی جگہ لے سکیں۔ بہت سے سائے جو جگہ چھوڑ دیتے ہیں محسوسات بن جاتے ہیں اس لئے کہ وہ گہرے ہوتے ہیں ان کے علاوہ بہت سی خیالات کی صورتیں منتشر ہو جاتی ہیں۔ رفتہ رفتہ انسان ان خیالات کو ملانا سیکھ لیتا ہے۔ ان میں سے جن خیالات کو بالکل کاٹ دیتا ہے وہ حذف ہو جاتے ہیں اور جو جذب کر لیتا ہے وہ عمل بن جاتے ہیں۔ انہی سایوں کے ذریعہ انسان رنج و راحت حاصل کرتا ہے کبھی وہ رنجیدہ اور بہت رنجیدہ ہو جاتا ہے کبھی وہ خوش اور بہت خوش ہو جاتا ہے۔ یہ سائے جس قدر جسم سے خارج ہو سکتے ہیں ہو جاتے ہیں لیکن جتنے جسم کے اندر پیوست ہو جاتے ہیں وہ اعصابی نظام بن جاتے ہیں۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

آدمی دو پیروں سے چلتا ہے اس لئے سب سے پہلے ان سایوں کا اثر اس کا دماغ قبول کرتا ہے۔ دماغ کی چند حرکات معین ہیں جن سے وہ اعصابی نظام میں کام لیتا ہے۔ سر کا پچھلا حصہ یعنی ام الدماغ اور حرام مغز اس اعصابی نظام میں خاص کام کرتا ہے۔ رنج و خوشی دونوں سے اعصابی نظام متاثر ہوتا ہے۔ رنج و خوشی دراصل بجلی کی ایک رو ہے جو دماغ سے داخل ہو کر تمام اعصاب میں سما جاتی ہے۔ یہ لہریں دو پیروں سے چلنے والے جانور کے دماغ میں داخل ہوتی ہیں۔ ان لہروں کا وزن' تجربہ' فضا میں ہر جگہ بالکل یکساں نہیں ہوتا بلکہ جگہ جگہ تقسیم ہوتا ہے اور اس تقسیم کاری میں دماغ کچھ سائے زیادہ جذب کرتا ہے اور کچھ سائے کم۔ انسان کے دماغ میں لاشمار خلیے (Cells) بھی کام کرتے ہیں۔ یہ ضروری نہیں ہے کہ ان لاشمار خلیوں میں سائے کی لہریں جو فضا سے بنتی ہیں وہ اپنے اثرات کو برقرار رکھیں۔ کبھی ان کے اثرات بہت کم رہ جاتے ہیں اور کبھی ان کے اثرات بالکل نہیں رہتے لیکن یہ واضح رہے کہ یہ تمام خلیے جو دماغ سے تعلق رکھتے ہیں کسی وقت خالی نہیں رہتے کبھی ان کا رخ ہوا کی طرف زیادہ ہو جاتا ہے کبھی پانی کی طرف کبھی غذا کی طرف اور کبھی تنہا روشنی کی طرف۔ اس روشنی سے رنگ اور رنگ کی ملاوٹی شکلیں بنتی ہیں اور خرچ ہوتی رہتی ہیں۔ اگر انسان دماغ سے کام لے تو چہرہ پر طرح طرح کے رنگ نظر آتے ہیں ان رنگوں میں سب سے نمایاں رنگ آنکھوں کا رنگ اور حواس کی رو کا رنگ ہوتا ہے۔ اگرچہ

آنکھیں بھی حواس میں شامل ہیں لیکن یہ ان چیزوں کا جو باہر سے دیکھتی ہیں زیادہ اثر قبول کرتی ہیں۔ بہت سے باہر کے عکس آنکھوں کے ذریعہ اندرونی دماغ کو متاثر کرتے ہیں۔ اس کی شکل یہ ہوتی ہے کہ حواس تازہ ہو جاتے ہیں یا افسردہ کمزور ہو جاتے ہیں یا طاقتور۔

انہی باتوں پر دماغی کام کا انحصار ہے رفتہ رفتہ یہ کام اعصاب میں سرایت کر جاتا ہے جو صحیح بھی کام کرتا ہے اور غلط بھی۔

دماغی لہروں سے چہرہ پر اتنے زیادہ اثرات آجاتے ہیں کہ ان سب کا پڑھنا مشکل ہے پھر بھی ایک فلم چہرہ میں چلتی رہتی ہے جو اعصاب میں منتقل ہونے والے تاثرات کا پتہ دیتی ہے۔

دھنک رنگ

پہلے کہا جا چکا ہے کہ رنگوں کی تعداد بہت زیادہ ہے اور ان کی افادیت بھی زیادہ ہے۔ ہم یہاں دھنک کے سات رنگوں کو سمجھنے کی کوشش کرتے ہیں۔

آسمانی رنگ

آسمانی رنگ حقیقت میں کوئی رنگ نہیں ہے بلکہ یہ ان کرنوں کا مجموعہ ہے جو ستاروں سے آتی ہیں جیسے کہ پہلے عرض کیا گیا ہے کہ کہیں بھی ان ستاروں کا فاصلہ پانچ (۵) نوری سال سے کم نہیں ہے (ایک کرن ایک لاکھ

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

چھیاسی ہزار دو سو (۱،۸۶،۲۰۰) میل فی سیکنڈ سے سفر کرتی ہے) اسی طرح نوری سال کا حساب لگایا جاسکتا ہے۔ ہر ستارہ کی روشنی سفر کرتی ہے اور سفر کے دوران ایک دوسرے سے ٹکراتی ہے۔ ان میں ایک کرن کا کیا نام رکھاجائے، یہ انسان کے بس کی بات نہیں ہے۔ نہ انسان کرن کے رنگ کو آنکھوں میں جذب کرسکتا ہے۔ یہ کرنیں مل جل کر جو رنگ بناتی ہیں وہ تاریک ہوتا ہے اور اس تاریکی کو نگاہ آسمانی محسوس کرتی ہے۔ انسان کے سر میں اسکی فضا سرایت کرجاتی ہے۔ نتیجہ میں وہ لاتعداد خلیے جو انسان کے سر میں موجود ہیں اس فضا سے معمور ہوجاتے ہیں اور یہاں تک معمور ہوتے ہیں کہ ان خلیوں میں مخصوص کیفیات کے علاوہ کوئی کیفیت سما نہیں سکتی یا تو یہ خلیے کی ایک کیفیت ہوتی ہے یا کئی خلیوں میں مماثلت پائی جاتی ہے اور انکی وجہ سے ایک دوسرے کی کیفیات شامل ہوجاتی ہیں لیکن یہ اس طرح کی شمولیت نہیں ہوتی کہ بالکل مدغم ہوجائے بلکہ اپنے اپنے اثرات لے کر خلط ملط ہوجاتی ہے اور اسطرح دماغ کے لاتعداد خلیے ایک دوسرے میں پیوست ہوجاتے ہیں اور یہاں تک پیوست ہوجاتے ہیں کہ ہم کسی خلیے کا عمل یا رد عمل ایک دوسرے سے الگ نہیں کرسکتے بلکہ وہ مل جل کر وہم کی صورت اختیار کرلیتے ہیں اگر یہ کہاجائے کہ انسان توہماتی جانور ہے تو بے جا نہیں ہوگا خلیوں کی یہ فضا توہمات کہلاسکتی ہے یا خیالات یا محسوسات۔ یہ توہماتی فضا دماغی ریشوں میں سرایت کرجاتی ہے ایسے ریشے جو باریک ترین ہیں۔

خون کی گردش رفتار ان میں تیز تر ہوتی ہے اسی گردش رفتار کا نام انسان ہے۔ خون کی نوعیت اب تک جو کچھ سمجھی گئی ہے فی الواقع اس سے کافی حد تک مختلف ہے۔ آسمانی فضا سے جو تاثرات دماغ کے اوپر مرتب ہوتے ہیں وہ ایک بہاؤ کی شکل اختیار کرلیتے ہیں اور حقیقت میں ان کو توہمات یا خیالات کے سوا اور کوئی نام نہیں دیا جا سکتا۔ جب آسمانی رنگ کی فضا خون کی رو بن جاتی ہے تو اس کے اندر وہ حلقے کام کرتے ہیں جو دوسرے ستاروں سے آئے ہیں۔ وہ حلقے چھوٹے سے چھوٹے ہوتے ہیں اس قدر چھوٹے کہ کسی مادی ذریعہ سے انہیں نہیں دیکھا جا سکتا۔ لیکن ان کے تاثرات عمل کی صورت اختیار کرلیتے ہیں۔ اعصاب میں وہی حرکات بنتے ہیں اور انہی کی زیادتی یا کمی اعصابی نظام میں خلل پیدا کرتی ہے۔

یہیں سے رنگوں کا فرق شروع ہوتا ہے ہلکا آسمانی رنگ بہت ہی کمزور قسم کا وہم پیدا کرتا ہے یہ وہم دماغی فضا میں تحلیل ہو جاتا ہے اس طرح کہ ایک ایک خلیہ میں درجنوں آسمانی رنگ کے عکس (Shadow) ہوتے ہیں یہ عکس الگ الگ تاثرات رکھتے ہیں۔ وہم کی پہلی رو خاص کر بہت ہی کمزور ہوتی ہے جب یہ رو دو یا دو سے زیادہ چھ تک ہو جاتی ہیں تو اس وقت ذہن اپنے اندر وہم کو محسوس کرنے لگتا ہے یہ وہم اتنا طاقتور ہوتا ہے کہ اگر جنبش نہ کرے اور ایک جگہ مرکوز رہے تو آدمی نہایت تندرست رہتا ہے اسے کوئی اعصابی کمزوری نہیں ہوتی بلکہ اس کے اعصاب صحیح سمت میں کام کرتے

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ہیں۔ اس رو کا اندازہ بہت ہی شاذ ہوتا ہے۔ اگر یہ رو کسی ایک ذرہ پر یا کسی ایک سمت میں یا کسی ایک رخ پر مرکوز ہو جائے اور تھوڑی دیر بھی مرکوز رہے تو دور دراز تک اپنے اثرات مرتب کرتی ہے۔

اس رو کا پہلا اثر دماغ پر ہوتا ہے۔ جہاں سے ام الدماغ کے ذریعہ اسپائنل کارڈ میں سرایت کر جاتا ہے اور باریک ترین ریشوں میں تقسیم ہو جاتا ہے۔ اس تصرف یا تقسیم سے حواس بنتے ہیں۔ حواس میں سب سے پہلی حس نگاہ ہے آنکھ کی پتلی پر جب کوئی عکس پڑتا ہے تو وہ دماغ کے باریک ترین ریشوں میں سنسناہٹ پیدا کر دیتا ہے یہ ایک مستقل برقی رو ہے اگر اس کا رخ صحیح ہے تو آدمی بالکل صحت مند ہے۔ اگر اس کا رخ صحیح نہیں ہے تو دماغ کی فضا کا رنگ گہرا ہوتا چلا جاتا ہے یہاں تک کہ دماغ میں کمزوری پیدا ہو جاتی ہے اور اعصاب اس رنگ کے پریشر کو برداشت نہیں کر سکتے آخر میں یہ رنگ اتنا گہرا ہو جاتا ہے کہ اس میں تبدیلیاں واقع ہو جاتی ہیں۔ مثلاً آسمانی رنگ سے نیلا رنگ بن جاتا ہے یہ بات یاد رکھنی چاہئے کہ درمیان میں جو مرحلے پڑتے ہیں وہ بے اثر نہیں ہیں۔ سب سے پہلے مرحلے کے زیر اثر آدمی کچھ وہمی ہو جاتا ہے۔ اس طرح یکے بعد دیگرے مرحلے رونما ہوتے رہتے ہیں رنگ گہرا ہو جاتا ہے اور وہم کی قوتیں بڑھ جاتی ہیں۔ باریک ترین ریشے بھی اس تصرف کا اثر قبول کرتے ہیں اب کیفیت مختلف اعصاب میں مختلف شکلیں پیدا کر دیتی ہے۔ باریک اعصاب میں بہت ہلکی اور معمولی اور تنومند

اعصاب میں مضبوط اور طاقتور۔ اسی طرح یہ مرحلے گہرے نیلے رنگ میں تبدیلیاں شروع کر دیتے ہیں۔

نیلا رنگ

نیلا رنگ دو طرح کا ہوتا ہے ہلکا نیلا اور گہرا نیلا۔ سب سے پہلے ہلکے نیلے رنگ کا اثر دماغی خلیوں پر ہوتا ہے۔ اگرچہ دماغی خلیوں کا رنگ ہلکا نیلا الگ الگ ہوتا ہے لیکن ان خلیوں کی دیواریں ہلکی اور موٹی ہوتی ہیں۔ پھر ان میں رنگوں کو چھاننے کے اثرات بھی موجود ہوتے ہیں۔ ایک خلیہ جب اپنے ہلکے نیلے رنگ کو چھانتا ہے تو اس رنگ میں تبدیلی واقع ہوتی ہے۔ اس طرح لاکھوں خلیے مل کر اپنا تصرف کرتے ہیں جس سے تخیل بن جاتا ہے اور اس تخیل کا عملی مظاہرہ ہو جاتا ہے کبھی کبھی ان خلیوں کا رنگ اتنا تبدیل ہو جاتا ہے کہ نگاہ انہیں بالکل سرخ سبز زرد وغیرہ رنگوں میں دیکھنے لگتی ہے۔ اس لئے کہ باہر سے جو روشنیاں جاتی ہیں ان میں اسپیس (Space) نہیں ہوتا بلکہ خلیوں کے تصرف سے اسپیس (Space) بنتا ہے۔ خلیوں کا تصرف جب اسپیس بناتا ہے تو آنکھوں کے ذریعہ باہر سے جانے والی کرنوں کو الٹ پلٹ کر دیتا ہے نتیجہ میں رنگوں کی تبدیلیاں یہاں تک واقع ہوتی ہیں کہ وہ ساٹھ تک گنے جا سکتے ہیں دراصل رنگ ہی حواس بناتے ہیں۔

آسمانی رنگ خلیوں میں ان کی بساط کے مطابق عمل کرتا ہے۔ آسمانی

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

رنگ جو فی الواقع ایک برقی رو ہے دماغی خلیوں میں آنے کے بعد اسپیس بن جاتا ہے۔ آنکھ کے پردے پر جو عمل ہوتا ہے اس سے مختلف شکلیں نظر آتی ہیں۔ یہ خلیوں کے اندر بہنے والی رو کا تصرف ہے۔ آنکھ کی حس جس قدر تیز ہوتی ہے اتنا ہی رو میں امتیاز کر سکتی ہے۔

اس تصرف سے ہی رنگ تبدیل ہو کر سبز ہو جاتے ہیں زرد ہو جاتے ہیں نارنجی ہو جاتے ہیں وغیرہ وغیرہ اور کتنے ہی رنگ بدل جاتے ہیں۔ مفہوم یہ ہے کہ ہم مستقل برقی رو میں گھرے ہوئے ہیں اور یہ برقی رو دماغی خلیوں سے گزر کر جب باہر آتی ہے تو طرح طرح کے رنگ آنکھوں کے سامنے آتے ہیں۔ دیکھنے کی حس سونگھنے کی حس سوچنے کی حس بولنے کی حس چھونے کی حس بیماری اور توانائی اسی برقی رو سے عمل بنتی ہے۔

افادیت اور خواص

سورج کی روشنی کے اثرات

جمادات نباتات حیوانات اور انسان روشنی سے متاثر ہوتے ہیں۔ روشنی رنگوں پر قائم ہے۔ ہر مادے سے ایک خاص قسم کی لہریں خارج ہوتی ہیں۔ جب کسی دھات کو دھوپ میں رکھتے ہیں تو اس کا رنگ بدل جاتا ہے۔ کسی دھات پر جلد اثر ہوتا ہے تو کچھ دھاتیں دیر سے اثر قبول کرتی ہیں۔ کچھ عرصہ کے بعد سونے (Gold) کا رنگ بھی تبدیل ہو جاتا ہے۔

ہر جاندار کی جان روشنی کے غلاف میں بند ہے۔ روشنی ہماری صحت پر گہرے اثرات مرتب کرتی ہے۔

سورج کی روشنی شعور سے ٹکرا کر سات رنگوں میں بکھر جاتی ہے۔ ہر شخص اپنی افتادِ طبیعت کے مطابق رنگوں کو تخریب یا تعمیر میں استعمال کرتا ہے۔ تخریب میں استعمال کرنے سے روشنی میں ایسا زہر پیدا ہو جاتا ہے جو تعمیر کے لئے دیوار بن جاتا ہے اور حیات بخش اثرات تباہ ہو جاتے ہیں۔ سرخ رنگ اور اس سے ملتے جلتے قریب کے رنگ ہیجان پیدا کرتے ہیں۔ نیلا اور

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

اس سے ملتے جلتے رنگ ممکن ہیں۔ ہر رنگ کے کئی شیڈز (Shades) ہوتے ہیں جو مختلف تموج (Wave Lengths) سے پیدا ہوتے ہیں۔ روشنی کے زیر اثر کیمیاوی تبدیلیاں پیدا ہوتی ہیں۔ اگر روشنی کی ماہیت میں تبدیلی ہو جائے تو کیفیت میں بھی تبدیلی ہو جاتی ہے۔

انسانی تاریخ میں دریافت ہونے والے علاجوں میں رنگوں کے علاج سے شفایابی کا تناسب زیادہ ہے۔ اس علاج سے مریض کے اوپر بار بھی کم پڑتا ہے۔ آپریشن کرنا اگر ناگزیر ہے تو آپریشن سے پہلے یا آپریشن کے بعد رنگوں کے استعمال سے آپریشن میں نمایاں کامیابی ہوتی ہے۔ دل کے امراض دمہ موسمی بخار نمونیہ آشوب چشم اور آنکھوں کے دیگر امراض میں رنگین طریقۂ علاج بہترین علاج ہے۔

منہ بند پھوڑوں (Carbuncles) کا علاج دوسرے طریقوں کے مقابلہ میں زیادہ آسان ہے۔

ایک عورت جس کا کاربنکل سر کے پچھلے حصہ سے گردن کے نیچے کر تک پھیلا ہوا تھا دس بہترین ڈاکٹروں کے زیر علاج رہی۔ مایوس ہو کر اس نے رنگ سے علاج شروع کیا ممکن ادویات کی ضرورت نہیں رہی اور چند ہفتوں میں وہ بالکل ٹھیک ہو گئی۔

جلنے کی صورت میں رنگوں سے علاج ہر معالج کو تحقیق کی دعوت دیتا ہے۔ جلے ہوئے عضو میں سوزش بیس سے تیس منٹ میں ختم ہو جاتی ہے۔

اندھیرے میں رہنے اور کام کرنے والوں میں خون کے سرخ ذرات کی کمی واقع ہو جاتی ہے اور سورج کی روشنی میں کام کرنے والوں میں یہ ذرات بڑھ جاتے ہیں۔ سال کے تین مہینوں میں سورج کی روشنی کم ہوتی ہے۔ ان میں میعادی بخار انفلوائنزا اور سینہ کی بیماریاں بڑھ جاتی ہیں۔ سورج کی روشنی میں شامل رنگوں کا اثر عام صحت پر عجیب و غریب ہوتا ہے۔ درد بخار اور ٹھنڈ لگنے کا احساس ختم ہو جاتا ہے۔ ہیموگلوبین (Haemoglobin) اور سرخ ذرات کی تعداد بڑھ جاتی ہے خون صحت مند ہو جاتا ہے۔ سورج کی روشنی جسم میں سرایت کر کے جراثیم کو مارتی ہے اور درد کو آرام پہنچاتی ہے۔ وٹامن ڈی (Vitamin -D) بنانے میں مدد دیتی ہے جو خون میں کیلشیم کی مقدار کو متوازن رکھتی ہے اور اس طرح بچوں اور بڑوں میں ہڈیوں کی بیماریوں کی روک تھام کرتی ہے۔ سورج کی روشنی زخموں کے مواد کو خارج کرتی ہے جسم میں جذب ہو کر اس کو قدرتی ذرائع سے خارج کرنے میں مدد دیتی ہے۔ یہی عمل جوڑوں پھیپھڑوں اور پیٹ کے جوف میں پانی زیادہ ہونے کی صورت میں بھی ہوتا ہے۔

سورج کی روشنی قلب اور اعضائے رئیسہ کو تقویت پہنچاتی ہے۔ جسم کی حرارت میں اضافہ کرتی ہے پسینہ زیادہ آتا ہے اور جسم کی کثافت خارج ہو جاتی ہے۔ سورج کی روشنی اعصابی نظام کو بہتر بنا کر بھوک بڑھاتی ہے۔ ذہنی صلاحیت بہتر کرتی ہے اور اچھی نیند کی ضامن ہے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

تپ دق کا علاج بھی سورج کی شعاعوں سے ہوتا ہے۔ پہلے روز مریض کے صرف دونوں پیر پانچ منٹ تک دھوپ میں کھلے رکھے جاتے ہیں۔ یہ عمل دن میں دو یا تین بار دہرایا جاتا ہے دوسرے روز دس منٹ پھر ٹانگیں یہاں تک کہ پورا جسم دن بھر میں تین سے چھ گھنٹے تک دھوپ میں کھلا رکھا جاتا ہے۔

ہر چیز کی زیادتی چاہے وہ کتنی ہی مفید کیوں نہ ہو خرابی پیدا کرتی ہے۔ چنانچہ سورج کی روشنی کی افادیت بھی اس وقت تک برقرار رہتی ہے جب تک جسم فرحت اور قوت محسوس کرتا ہے۔

شمسی توانائی میں بالائے بنفشی عنصر ان مقامات میں زیادہ ہوتا ہے جہاں سورج کی روشنی براہ راست زمین پر پہنچے۔ سورج کی روشنی جب زمین تک پہنچتی ہے تو زمین کے اردگرد اوزون کا غلاف (Ozone Layer) بالائے بنفشی لہروں کو منعکس کر کے ان کو زمین تک پہنچنے سے روک دیتا ہے۔ اوزون کا غلاف اگر ٹھیک ہے تو زمین تک پہنچنے والی سورج کی روشنی میں شامل بالائے بنفشی لہروں میں اعتدال رہتا ہے۔

بالائے بنفشی لہروں کا انعکاس جسم پر زیادہ ہو جائے تو کینسر ہو جاتا ہے۔

بالائے بنفشی لہروں اور انفراریڈ لہروں کو بہت احتیاط کے ساتھ استعمال کرنا چاہئے۔ ایکس ریز اور گاما ریز کا شمار بھی انہی لہروں میں ہوتا ہے جن کو بہت زیادہ احتیاط سے استعمال کرنے کی ضرورت ہے۔ ایکس ریز کے زیادہ استعمال

سے ہڈیوں کے اندر سرخ گودا متاثر ہو جاتا ہے ہڈیاں بھربھری ہو جاتی ہیں۔

ایکس ریز کے زیادہ استعمال سے خون کا کینسر (Leukemia) ہو سکتا ہے۔

ایکس ریز لہروں کی زیادہ مقدار جلد کے نیچے عضلات کو ناقابل تلافی نقصان پہنچاتی ہیں یہاں تک کہ زخم بن جاتے ہیں۔ ان زخموں کو بالائے بنفشی لہروں سے ٹھیک کیا جا سکتا ہے۔

ٹی وی خاص طور پر رنگین ٹی وی زیادہ نقصان دہ ہے۔ اس سے تابکاری (Radio Activity) کا اخراج ہوتا ہے۔ ٹیلی ویژن کم قوت کی ایکسرے مشین کی طرح ہے۔ رنگین ٹی وی بلیک اینڈ وہائٹ کے مقابلے میں زیادہ خطرناک ہے کیونکہ اس میں سے زیادہ طاقت کی لہریں خارج ہوتی ہیں۔ اس لئے کہا جاتا ہے کہ ٹی وی کی اسکرین جتنے انچ ہے، اتنے ہی فٹ فاصلے سے ٹی وی دیکھنا چاہیے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

قدرتی روشنی بمقابلہ مصنوعی روشنی

سائنسی تحقیق سے یہ نتائج سامنے آئے ہیں کہ نام نہاد ٹھنڈی سفید فلوریسنٹ ٹیوب لائٹ کی گلابی مائل روشنی میں نر پودے تو خوب بڑھے لیکن مادہ پودے مرجھا گئے۔ اس کے برخلاف دن کے مانند سفید بلب نے جو نیلگوں روشنی خارج کرتے ہیں مادہ پودوں کو تو خوب بڑھایا لیکن نر پودوں کو نقصان پہنچایا۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

پودوں کی افزائش بلب کی روشنی میں جاری تو رہتی ہے لیکن پھول اتنی جلدی نہیں نکلتے جتنی قدرتی روشنی میں نکلتے ہیں۔

وہ جانور جو ٹیوب لائٹ میں رکھے گئے ان پر بھی پودوں کی طرح ردعمل ہوا۔ انہیں قدرتی ماحول میں رکھا گیا تو ان کے بچوں میں نر اور مادہ کی تعداد برابر تھی۔ جن جانوروں کو گلابی روشنی میں رکھا گیا پودوں کی طرح سب کے سب نر تھے لیکن نیلگوں روشنی میں رہنے والے جانوروں کے بچے سارے کے سارے مادہ تھے۔

جب سے دنیا وجود میں آئی ہے زندگی قدرتی روشنی میں پھل پھول رہی ہے۔ سورج کی روشنی سے جسم میں وٹامن ڈی بننے کا عمل جاری ہے۔ روشنی آنکھوں میں داخل ہو کر دیکھنے کا ذریعہ بنتی ہے۔

پولٹری انڈسٹری والے جانتے ہیں کہ روشنی جو چوزوں کی آنکھوں کے ذریعہ سے ان کے بلغمی غدود (Pitutary Gland) کو تحریک دیتی ہے سے انڈوں کی پیداوار میں اضافہ ہوتا ہے۔ یہ بہت ہی کام کی بات ہے۔ یہ غدود نہ صرف چوزوں میں بلکہ دوسرے جانوروں اور انسانوں میں بھی ایسا مرکزی کردار ادا کرتا ہے جو جسم کے غدودی نظام میں توازن برقرار رکھتا ہے۔

بڑھاپے میں جسم کے اندر عروق خارج کرنے والے غدود عمر میں اضافہ کے ساتھ ساتھ آہستہ آہستہ کام کرنا چھوڑ دیتے ہیں۔ وہ غدود جو بڑھاپے سے متاثر ہوتے ہیں تھائی رائیڈ غدود بلغمی غدود ایڈرینل غدود اور جنسی غدود ہیں۔

یہ تمام غدود بالائے بنفشی لہروں اور سورج کی روشنی سے بہت زیادہ متاثر ہوتے ہیں۔

جو اشخاص اس قسم کا علاج کروا چکے ہیں وہ بے شمار فوائد گنواتے ہیں۔ موٹے لوگوں کا موٹاپا ختم ہو گیا اور دبلے پتلے لوگ موٹے ہو گئے۔

سردی کے زمانہ میں روشنی ترچھی پڑتی ہے چنانچہ اس میں زیادہ قوت اور طاقت نہیں ہوتی۔ صرف جاڑے کے زمانے میں ہی روشنی کی قلت نہیں ہوتی بلکہ نوے فیصد (90%) لوگ جو دفتروں کارخانوں میں زندگی گزارتے ہیں وہ بھی روشنی کی قلت کا شکار ہوتے ہیں۔

زندگی روشنی سے شروع ہوتی ہے روشنی ہی زندگی کو برقرار رکھتی ہے اور روشنی پر ہی زندگی ختم ہو جاتی ہے۔ ہماری جسمانی اور ذہنی صحت کا دارومدار اس بات پر ہے کہ روشنی اور رنگوں کا توازن برقرار رہے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

رنگ اور صحت

ضوفشانی لہروں میں روشنی حرارت اور رنگ انسانوں کی طرح جانوروں کی بافتوں (Tissues) میں بھی موثر تھرتھراہٹ پیدا کرتے ہیں۔ اس تھرتھراہٹ سے بافتوں پر اثرات مرتب ہوتے ہیں۔

مخصوص غدود پر مخصوص رنگ اثر انداز ہوتے ہیں۔ اس کی تفصیل حسب ذیل ہے۔

غدود	رنگ
قلب	سرخ
جگر	زرد
تھائی رائیڈ گلینڈ	نیلا
پھیپھڑے	نارنجی
آنکھ	آسمانی
لبلبہ	بنفشی
بلغم کا غدود	گہرا نیلا
دماغ کے زیریں حصہ کا غدود	بنفشی

تلی	بینگنی
مثانہ	بنفشی
خصیہ	بنفشی
بیضہ دانی	بنفشی

رنگوں کے ذریعے ہر اس بیماری کا علاج کیا جاتا ہے جو ابتدائے آفرینش سے اب تک انسان کو ورثہ میں ملی ہے۔

بچوں کے خون کی بیماری (Haemolytic Disease) کی وجہ سے سرخ خلیے زیادہ مقدار میں ٹوٹنے لگتے ہیں جس کی وجہ سے خون میں ایسے مادہ کا اضافہ ہو جاتا ہے جس کا رنگ زرد ہے۔ بچے کے خون میں اس مادے کے بڑھنے سے ان کو یرقان ہو جاتا ہے اگر یہ مادہ دماغ میں پہنچ جائے تو ذہنی طور پر متاثر ہو جاتی ہے۔ اس سے بچنے کے دو طریقے ہیں۔

۱۔ خون کی تبدیلی

۲۔ رنگ کے ذریعہ علاج

رنگ کے ذریعے علاج میں بچے کو نیلی روشنی میں رکھا جاتا ہے۔ تجربہ میں یہ بات آئی ہے کہ نیلی روشنی اس بیماری اور اس بیماری کی پیچیدگیوں کا علاج ہے۔

رنگوں کے مناسب استعمال سے مریضوں میں قوت مدافعت بحال ہو جاتی ہے۔ پیدائشی طور پر جب بچہ کمزور ہوتا ہے مثلاً ایک پونڈ دو پونڈ یا تین

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

پونڈ کا ہوتا ہے تو اسے Incubator میں آکسیجن اور بنفشی رنگ میں رکھا جاتا ہے۔ جس کی وجہ سے بچہ کی نشوونما پوری ہو جاتی ہے۔

رنگ اور غذا

سورج کی روشنی میں معدنی عناصر اور گیس (Mineral + Gases) شامل ہیں جو انسانی غذا کا اہم جزو ہیں۔ غذا ہمیں قوت اور توانائی فراہم کرتی ہے۔ روشنی اور غذا دونوں کو استعمال کیا جائے تو توانائی دوگنی ہو جاتی ہے۔

مثال

مجھے (خواجہ شمس الدین عظیمی کو) ایک روز انسپائر (Inspire) ہوا کہ سورج کی شعاعوں میں سب رنگ موجود ہیں اور ان رنگوں سے ہماری ساری غذائی ضروریات پوری ہوتی ہیں۔ سورج کی روشنی کو اپنے حیاتیاتی سسٹم میں اگر ذخیرہ کر لیا جائے تو غذا کی ضرورت پوری ہو سکتی ہے۔ پروگرام کے مطابق صبح سورج کے نکلنے سے پہلے میں مشرق کی طرف منہ کر کے بیٹھ جاتا تھا اور سانس کے ذریعہ غذا کا تعین کر کے سورج کی کرنوں کو اپنے معدہ میں ذخیرہ کر لیتا تھا۔ اس کا نتیجہ یہ نکلا کہ پانی کے علاوہ کسی قسم کی غذا کی ضرورت پیش نہیں آئی اور نہ کمزوری محسوس ہوئی البتہ کھڑے ہو کر چلنے میں زیادہ لطافت محسوس ہوتی تھی اور خلاء میں چہل قدمی کا تاثر قائم ہوتا تھا۔ ٹھوس دیواریں کاغذ کی بنی ہوئی نظر آتی تھیں۔

سورج وٹامن ڈی کے حصول کا ایک اہم ذریعہ ہے۔ سورج کی روشنی میں وٹامن ڈی کے علاوہ دوسرے وٹامن بھی شامل ہیں اور ہر وٹامن کسی رنگ سے متعلق ہے۔

۱۔ وٹامن اے	پیلا رنگ
۲۔ وٹامن بی	سبز رنگ
۳۔ وٹامن سی	لیمن رنگ
۴۔ وٹامن ڈی	بنفشی رنگ
۵۔ وٹامن ای	بنفشی رنگ
۶۔ وٹامن کے	گہرا نیلا رنگ

رنگ جذب کرنے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ رنگوں کے مطابق سبزیاں، پھل اور رس دار چیزیں زیادہ استعمال کی جائیں۔ پھل اور سبزیوں میں سورج کی روشنی کا انجذاب براہ راست ہوتا ہے لیکن خوراک میں رنگوں کے تناسب کا خیال رکھنا ضروری ہے۔ بہت زیادہ پکانے اور بھوننے میں غذائیت میں موجود رنگ ضائع ہو جاتے ہیں۔

رنگوں کے نفسیاتی اثرات

ماہرین رنگ و روشنی اپنے تجربات بیان کرتے ہیں کہ انسان کے لئے رنگ ہر لحاظ سے مفید ہے۔ ہر شعبہ زندگی میں رنگوں کے استعمال سے نہایت

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

بہتر نتائج مرتب ہوتے ہیں۔

مثال۔۱

فیکٹری میں ملازم خواتین جب غیر حاضر رہنے لگیں اور پیداوار بہت زیادہ متاثر ہوگئی تو انتظامیہ نے ایک کلر تھراپسٹ سے رجوع کیا۔ اس نے فیکٹری کا معائنہ کر کے بتایا کہ غیر حاضری کی وجہ دیواروں پر نیلا رنگ ہے۔ جس کی زیادتی سے خواتین بیمار ہو رہی ہیں۔

چنانچہ اس کے مشورے سے دیواروں پر ہلکا بادامی رنگ کر دیا گیا جس سے نیلی روشنیوں کا اثر معتدل ہوگیا اور کام کرنے والی خواتین حیرت انگیز طور پر ٹھیک ہوگئیں اور فیکٹری میں حاضری معمول کے مطابق ہوگئی۔

مثال۔۲

ایک اور فیکٹری میں جب خاکستری رنگ شیشوں پر ہلکا نارنجی رنگ کر دیا گیا تو کارکنوں کے کام میں دلچسپی بڑھ گئی۔ حادثات میں کمی آگئی ملازمین میں تھکن اور بددلی کا احساس ختم ہوگیا اور وہ نئے جذبے اور ولولے سے کام کرنے لگے۔

مثال۔۳

ایک فیکٹری کے ریسٹ روم کی دیواریں نیلی تھیں جہاں بیٹھنے پر ملازمین سردی کی شکایت کرتے تھے لیکن جب دیواروں پر نارنجی رنگ کر دیا گیا تو وہی

لوگ گرمی کی شکایت کرنے لگے حالانکہ ٹمپریچر (Temperature) میں کوئی فرق نہیں ہوا تھا۔

مثال۔۴

تجربہ کے طور پر سیلزمینوں کے ایک گروپ کے افراد کو سبز اور سرخ رنگ کے کمرے میں الگ الگ بٹھا دیا گیا اور ان سے گھڑیاں لے لی گئیں۔ میٹنگ کے بعد جب ان سے پوچھا گیا کہ وہ کتنی دیر میٹنگ میں رہے تو سرخ رنگ کے کمرے میں بیٹھنے والے شخص نے تقریباً" 6 گھنٹے کا وقت بتایا جب کہ وہ لوگ اس کمرے میں صرف تین گھنٹے رہے تھے اور سبز کمرے میں بیٹھنے والے ممبران نے میٹنگ کا وقت دو گھنٹے بتایا جب کہ وہ ساڑھے چار گھنٹے اس کمرے میں رہے۔

عام لوگوں کے اندازے رنگوں کے بارے میں کس قدر غلط ہوتے ہیں اس کی ایک مثال یہ ہے کہ اگر کسی شخص سے پوچھا جائے کہ گہرے رنگ والی چیز کا وزن زیادہ ہے یا ہلکے رنگ والی چیز کا تو وہ گہرے رنگ والی چیز کا وزن زیادہ بتائے گا جب کہ دونوں کا وزن برابر ہوتا ہے۔ ایک فیکٹری میں تیار ہونے والی مصنوعات کو سیاہ رنگ کے دھاتی صندوقوں میں بند کیا جاتا تھا۔ یہ صندوق اٹھاتے ہوئے فیکٹری کے مزدور ان کے وزنی ہونے کی شکایت کرتے تھے۔ فیکٹری کے فورمین نے جب ان صندوقوں پر سبز پینٹ کروا دیا تو مزدوروں نے ان صندوقوں کا وزن کم محسوس کیا۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

مثال۔۵

رنگوں کے استعمال سے اسکولوں میں تعلیمی معیار بہتر ہوجاتا ہے۔ کسی مشکل مضمون کو رنگین فوٹو گرافک سلائیڈز کی مدد سے سمجھایا جائے تو وہ آسان اور قابل فہم بن جاتا ہے۔ سلائیڈز صرف ایک یا دو رنگ میں ہوں تو وہ زیادہ موثر ثابت ہوتی ہیں۔ کچھ طلبہ کو بلیک اینڈ وہائٹ سلائیڈز کے مقابلے میں جب سبز رنگ کی سلائیڈز دکھائی گئیں تو طلبہ نے 40 فیصد نمبر زیادہ لئے۔ دو رنگوں سرخ اور سبز سلائیڈز بلیک اینڈ وہائٹ کے مقابلہ میں نتیجہ 80 فیصد بہتر ثابت ہوا۔ تین رنگوں سرخ سبز اور نیلے بیک گراؤنڈ والی سلائیڈز دکھانے سے 30 فیصد اضافہ ہوا۔

مثال۔۶

ایک کوچ اپنے تجربات میں لکھتا ہے۔ میں نے اپنے کھلاڑیوں کے لئے دو ڈریسنگ روم بنا رکھے تھے ایک ڈریسنگ روم کی دیواروں کا رنگ نیلا تھا۔ یہ کمرہ کھلاڑیوں کے آرام کے لئے استعمال ہوتا تھا جب کہ دوسرے ڈریسنگ روم کا رنگ سرخ تھا۔ میدان میں اترنے سے پہلے ٹیم کے کھلاڑی اس کمرے میں کھیل کی حکمت عملی تیار کرتے تھے۔ اس طرح سے کھیل کے میدان میں کارکردگی بہت بہتر ہوجاتی تھی۔

مثال۔۷

ایک ریڈیو اسٹیشن کے مالک نے اپنے اسٹیشن کو خوبصورت اور جاذب نظر بنانے کے لئے سرخ ٹیوب لائٹس لگوائیں۔ دو ماہ کے اندر ملازمین اور انتظامیہ نے آپس میں لڑنا شروع کر دیا۔ سرخ ٹیوب لائٹس تبدیل کر دی گئیں تو ایک ہفتہ میں معجزاتی طور پر لوگوں میں بھائی چارے کی فضا بحال ہو گئی۔ استعفے واپس لے لئے گئے اور کام کا معیار بڑھ گیا۔

مثال۔۸

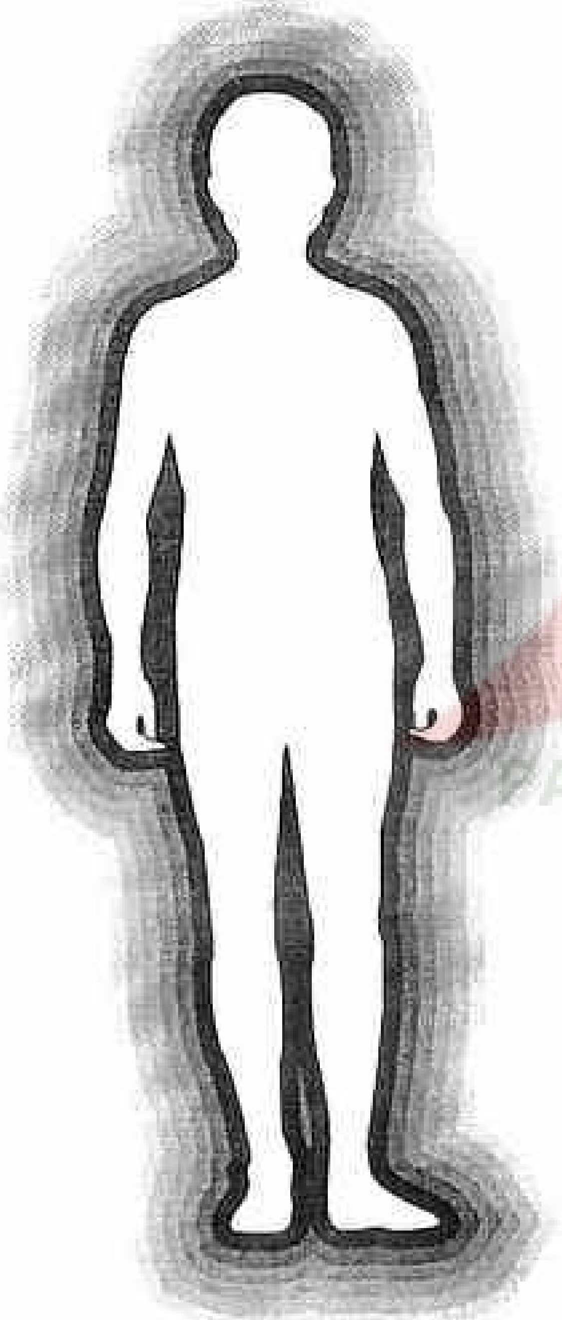
ایک صاحب جن کا خیاطی کا بہت بڑا کاروبار ہے۔ رنگوں کی افادیت کے ۱۹۲۵ء سے قائل ہیں۔

ان کو کاروں ریل گاڑیوں اور پختہ فرش سے ڈر لگتا تھا۔ ایک روز انہوں نے گہرے سرخ رنگ کا کوٹ پہنا۔ اس سے ان کی طبیعت میں ایسی جولانی پیدا ہوئی کہ انہوں نے ٹائیاں' واسکٹ اور زیر جامہ بھی اسی رنگ کے پہننے شروع کر دیئے۔ نتیجہ یہ ہوا کہ ڈر اور خوف سے انہیں نجات مل گئی۔

آج کے ترقی یافتہ دور میں مردوں نے بھی رنگین لباس پہننے شروع کر دیئے ہیں۔ جو مرد حضرات ماہرین کے مشوروں سے اپنا لباس منتخب کراتے ہیں ان کا کہنا ہے کہ رنگین کپڑوں سے انسان کی زندگی میں تبدیلی آجاتی ہے۔ بے شمار خواتین و حضرات کا تجربہ ہے کہ رنگ کی دنیا میں داخل ہو کر وہ زیادہ

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk



پر اعتماد ہو گئے ہیں۔ بہتر ملازمت حاصل کر چکے ہیں۔ حلقہ احباب بڑھ گیا ہے اور طلاق کا تناسب کم ہو گیا ہے۔

بے چینی بے سکونی اور انتشار کی موجودہ دنیا میں رنگوں سے استفادہ کرنے کی جتنی ضرورت آج ہے تاریخ میں اس سے پہلے کبھی نہیں تھی۔

موافق رنگوں کے استعمال سے شخصیت میں نہ صرف وقار اور کشش میں اضافہ ہوتا ہے بلکہ ذہنی طور پر بھی خوش گوار تبدیلیاں پیدا ہوتی ہیں۔ سیاہ اور بھورا رنگ جو مایوسی اور افسردگی کی علامت ہے اس کی جگہ دفتروں گھروں ملبوسات اور ایسی جگہوں پر جہاں لوگ زیادہ سے زیادہ وقت گزارتے ہیں ایسے رنگ استعمال کرنے چاہئیں جن سے خود اعتمادی حاصل ہوتی ہے اور روحانی سکون ملتا ہے۔

جسم مثالی

جسم میں توانائی کے مراکز ہر جگہ موجود نہیں ہیں لیکن توانائی سر سے پیر تک دور کرتی رہتی ہے اور جسم سے خارج ہوتی رہتی ہے۔ جس طرح کسی کہکشانی نظام میں ستارے روشنی خارج کرتے ہیں اسی طرح انسانی جسم سے بھی روشنی خارج ہوتی رہتی ہے۔

ظاہری جسم کی طرح انسان کے اوپر روشنیوں کا بنا ہوا ایک جسم اور ہے اس جسم کو جسم مثالی کہا جاتا ہے۔ جسم مثالی ان بنیادی لہروں یا بنیادی شعاعوں

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

کا نام ہے جو وجود کی ابتداء کرتی ہیں۔ جسم مثالی (روشنیوں کا بنا ہوا جسم) مادی وجود کے ساتھ تقریباً" چپکا ہوا ہے لیکن جسم مثالی کی روشنیوں کا انعکاس گوشت پوست کے جسم پر نو انچ تک پھیلا ہوا ہے۔

اس کی مثال ٹارچ (Torch) ہے۔ ٹارچ کے اندر بلب جسم مثالی ہے لیکن بلب کی روشنی (Beam) کا پھیلاؤ اندر یا ہر دونوں سمتوں میں ہوتا ہے۔ اس طرح جسم مثالی کے انعکاس کا معین فاصلہ 9 انچ ہے۔ غالباً" اسی معین فاصلہ پر روشنی کے انعکاس کو سائنسدان اورا (Aura) کہہ رہے ہیں۔

جسم مثالی کو کسی بھی مادی وسیلے سے نہیں دیکھا جا سکتا البتہ جسم مثالی کی روشنیوں کے انعکاس کو دیکھا جا سکتا ہے۔ انعکاس چونکہ مادیت میں تبدیل ہوجاتا ہے اس لئے نظر آجاتا ہے۔ انسانی زندگی کا دارومدار صحت رنج و خوشی جسم مثالی پر قائم ہے۔ جسم مثالی کے اندر صحت موجود ہے تو گوشت پوست کا وجود بھی صحت مند ہے۔ انسان کے اندر تمام تقاضے جسم مثالی سے منتقل ہوتے ہیں۔

جب دو افراد بغلگیر ہوتے ہیں یا معانقہ کرتے ہیں تو دونوں میں دوڑنے والی برقی رو ایک دوسرے میں جذب ہوجاتی ہے اور اس عمل سے اسپارکنگ (Sparking) ہوتی ہے جس کو ہر فرد بجلی کے ہلکے کرنٹ کی طرح محسوس کرتا ہے۔

چونکہ تخلیقی عوامل فضا میں جاری وساری ہیں اس لئے جب دو آدمی

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ایک دوسرے کی طرف متوجہ ہوتے ہیں تو فضا میں موجود لہریں ہزاروں افراد کے اندر اسپارک ہونے لگتی ہیں۔ نتیجتاً ایک آدمی سے ایک آدمی یا ایک آدمی سے ہزاروں آدمی متاثر ہو جاتے ہیں۔ جسم کو ہر وقت آکسیجن کی ایک معین مقدار کی ضرورت ہے جب کوئی آدمی جمائی لیتا ہے یعنی جسم میں آکسیجن کی کمی کو دور کرتا ہے تو سامنے بیٹھا ہوا یا کھڑا ہوا شخص بھی جمائی لینے لگتا ہے دراصل یہ جسم مثالی میں آکسیجن کی طلب کا مظاہرہ ہے۔

مثالی جسم کی شکل و صورت کا انحصار ہمارے چاروں طرف موجود توانائی کی قوت اور حجم پر ہے۔ یہ توانائی پیروں کے ذریعہ ہمارے چاروں طرف گردش کرتے ہوئے زمین میں ارتھ ہوجاتی ہے۔ اس طرح خارج ہونے والی توانائی کا ایک بہت بڑا ذخیرہ ہر وقت پیروں میں موجود رہتا ہے چنانچہ یہ ذخیرہ اور لہروں کے نیچے زمین میں موجود توانائی کا ذخیرہ خاص اہمیت کا حامل ہے۔ اگر کسی وجہ سے پیروں کے ذریعہ جمع شدہ زائد توانائی خارج نہ ہو تو آدمی کے اوپر بے ہوشی طاری ہوجاتی ہے۔ اس ضمن میں یہ بات بہت غور طلب ہے کہ مرگی کے دورہ سے پیشتر پیروں کے ذریعہ توانائی کے اخراج کے نظام میں خلل واقع ہو جاتا ہے۔

جسم مثالی میں ہمیشہ تغیر واقع ہوتا رہتا ہے لیکن ایسا بھی ہوتا ہے کہ جسم مثالی کی روشنیوں میں ٹھہراؤ آجاتا ہے۔ جسم مثالی کی روشنیاں جب ایک نقطہ پر چند ثانیوں کے لئے ٹھہر جاتی ہیں اور آدمی ماحول میں موجود نادیدہ اشیاء

دیکھنے لگتا ہے تو آدمی کی روح سے ہم آہنگی ہوجاتی ہے۔

روح اور جسم کی ہم آہنگی سے انسان میں محبت اور خدمت کے جذبات پرورش پاتے ہیں۔ جسم اور روح سے ہم آہنگ انسان جب کسی کمرے میں داخل ہوتا ہے تو کمرے کا ماحول روشن ہو جاتا ہے اور فضا لطیف ہوجاتی ہے۔ کچھ لوگ ایسے ہوتے ہیں جن کا جسم مثالی پورے کمرے پر چھا جاتا ہے اور ایسے لوگ بھی ہوتے ہیں جن کا جسم مثالی سکڑ جاتا ہے یا بدرنگ ہو جاتا ہے۔ بدرنگ جسم مثالی سے فضا خراب اور ماحول مکدر ہوجاتا ہے۔ کچھ لوگوں کے جسم مثالی میں کوئی تبدیلی واقع نہیں ہوتی لیکن وہ دوسروں کے مثالی جسم کو متاثر کردیتے ہیں۔ یہ مثبت اور منفی دونوں طرزوں میں ہوتا ہے۔ جب دو شخص ایک دوسرے کے قریب آتے ہیں تو طاقتور کمزور کو متاثر کردیتا ہے۔ بالفاظ دیگر ایک کا رنگ دوسرے پر غالب آجاتا ہے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

رنگوں کے مراکز

شمالی امریکہ میں پائے جانے والے ریڈ انڈین قبیلہ ہوپی کی کتاب "ہوپی" کے مطابق جسم انسانی اور کرہ زمین ایک ہی طرز پر بنائے گئے ہیں۔ دونوں کا ایک محور ہے۔ جسم انسانی کا محور ریڑھ کی ہڈی ہے جس پر انسانی حرکات و سکنات کا انحصار ہے۔ اس محور میں چند ایسے مراکز ہیں جن پر صحت کا دارومدار ہے۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

پہلا مرکز سر کے اوپری حصہ میں واقع ہے۔ جب بچہ پیدا ہوتا ہے تو یہ حصہ نرم ہوتا ہے گویا یہ ایک دروازہ ہے جس کے ذریعہ بچہ زندگی قبول کرتا ہے۔

اس کے نیچے دوسرا مرکز "دماغ" ہے جس کے ذریعے اس نے سوچنا سیکھا۔ تیسرا مرکز حلق ہے جو منہ اور ناک کے سوراخوں کو آپس میں ملاتا ہے اس مرکز کی وساطت سے چکھنے اور بولنے کی حس پیدا ہوئی۔ چوتھا مرکز دل ہے جس کے ذریعہ Vibration کا نظام قائم ہے۔ آخری مرکز ناف کے نیچے ہے۔ اس مرکز سے جسمانی حرکات و سکنات کنٹرول ہوتی ہیں۔

ان مراکز میں اور ان کے درمیان توانائی کا بہاؤ مناسب طور پر قائم رہے تو جسمانی صحت ٹھیک رہتی ہے۔ تمام مراکز توانائی کی مقداروں سے معمور ہیں۔ ہر مرکز ایک خاص وصف پر قائم ہے اور اس وصف کا اظہار رنگوں کی شکل میں ہوتا ہے۔

ہر شئے میں درجہ بندی ہے چنانچہ رنگ کے بھی کئی درجات ہیں۔ گرم توانائی جسم کو متحرک رکھتی ہے جو جسم کے نچلے حصہ میں پیدا ہوتی ہے جو توانائی کھانا ہضم کرتی ہے اس کا مزاج گرم اور رنگ زرد ہے۔ اس مرکز کے عدم توازن کی بناء پر معدہ لبلبہ اور جگر کے افعال متاثر ہوجاتے ہیں۔

قلبی مرکز کا رنگ سرخ ہے۔ اس مرکز کے عدم توازن کی بناء پر تھائی رائیڈ گلینڈ اور جنسی نظام کے افعال متاثر ہوتے ہیں۔ قوت مدافعت کمزور پڑ

جاتی ہے۔ اگر سرخ رنگ میں عدم توازن پیدا ہوجائے تو غصہ بڑھ جاتا ہے اور آدمی جلد بازی کا مظاہرہ کرتا ہے۔

حلق میں بھی ایک مرکز ہے جس کا رنگ نیلا ہے۔ اس کے مطالعہ سے معلوم ہوتا ہے کہ کوئی شخص اپنے جذبات کا اظہار الفاظ میں کس طرح کرتا ہے۔ جسمانی طور پر چونکہ یہ گلے میں واقع ہے اس لئے گلے کی جملہ کمزوریاں اس مرکز کے ذریعہ دریافت کی جاسکتی ہیں۔ مثلاً اگر تھائی رائیڈ گلینڈ خراب ہوجائیں تو جسم متاثر ہوسکتا ہے۔

بھنوؤں کے درمیان میں جو مرکز ہے اس کا قدرتی رنگ گہرا نیلا ہے۔

اس کا تعلق دماغ کے اس حصے سے ہے جو لاشعوری تحریکات کا حامل ہے۔

سر کے بیچ میں مرکز کا رنگ بنفشی ہے۔ اس رنگ سے کسی شخص کے اندر فنکارانہ صلاحیتوں مذہب سے لگاؤ اور حسن پرست ہونے کا اندازہ لگایا جاسکتا ہے۔

اگر ہم صحت مند رہنا چاہتے ہیں تو ہمارے لئے ضروری ہے کہ ہم تمام مراکز کے رنگوں سے مکمل طور پر واقف ہوں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

رنگوں کے خواص

تمام رنگ ارتعاش کی کم یا زیادہ لہریں خارج کرتے ہیں جو کسی شئے سے ٹکرانے کے بعد گرمی یا ٹھنڈک کا احساس پیدا کرتے ہیں۔ سرخ رنگ کا طول موج طویل ترین ہے جس کی وجہ سے کم ترین ارتعاش پیدا ہوتا ہے۔ بنفشی رنگ کا طول موج مختصر ترین ہے جس کی وجہ سے تیز ترین ارتعاش ہوتا ہے۔

سرخ رنگ حدت پیدا کرتا ہے اور آسمانی رنگ ٹھنڈک پیدا کرتا ہے۔

سبز رنگ توازن پیدا کرنے والا رنگ ہے۔

سرخ رنگ کا بھاری پن (Density) اس کی حرکت اور شرح ارتعاش کو محدود کرتا ہے برخلاف اس کے نیلا رنگ ماحول میں وسعت کا احساس دلاتا ہے۔

مختلف رنگ مختلف احساس پیدا کرتے ہیں۔ مثلاً سرخ سے جلن نارنجی سے گرمی زرد سے معمولی گرمی سبز سے نہ سردی نہ گرمی اور عنابی سے ٹھنڈک کے ساتھ چبھن کا احساس ہوتا ہے۔

رنگ ہاتھ کے اوپر ڈنگ مارنے کا کانٹے کا چوٹ کا کچلنے کا چٹکی لینے کا یا ضرب کا احساس پیدا کرتا ہے۔

لوگ بالعموم رنگوں کے بارے میں نہیں سوچتے۔ ہم تصاویر دیکھ کر متاثر ہوتے ہیں لیکن رنگوں کے مزاج کی طرف دھیان نہیں دیتے۔

تجربات یہ ہیں کہ ذہنی دباؤ اور بے خوابی کے مریض بنفشی نیلے اور فیروزی رنگ سے جلد صحت یاب ہوجاتے ہیں۔

سرخ نارنجی اور زرد رنگ کاہلی اور سستی کو ختم کر دیتے ہیں۔ ایک محقق کا کہنا ہے کہ مریض کو گلابی رنگ میں رکھنے سے جارحانہ اور منتقمانہ جذبات مغلوب ہوجاتے ہیں۔ گلابی رنگ رگ پٹھوں کے لئے مسکن ہے۔

گلابی رنگ کے مسکن اثرات کو پٹھوں جنس خاندانی مناقشات کاروباری معاملات اور جیل خانوں کی اصلاحات کے لئے استعمال کیا جا رہا ہے۔ گلابی رنگ میں غصہ کم ہوجاتا ہے۔ اس رنگ کے زیر اثر پٹھوں میں تیزی پیدا نہیں ہوتی۔ اندھے لوگ بھی گلابی رنگ کمروں میں سکون محسوس کرتے ہیں۔

خواص

رنگوں کے خواص:

۱۔ ذہنی خواص

۲۔ جسمانی خواص

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

سرخ رنگ

سرخ شعاعیں مندرجہ ذیل اشیاء میں پائی جاتی ہیں۔

لوہا جست تانبہ پوٹاشیم آکسیجن چقندر مولی (Raddish) پالک سرخ چیری اور سرخ غلاف والے پھل۔

ذہنی خواص:

اس رنگ میں گہری دلچسپی ہمت اور محبت کے جذبات کارفرما ہیں۔ معاملات میں جب بگاڑ پیدا ہوجاتا ہے تو تعلقات ختم ہوجاتے ہیں توقعات ٹوٹ جاتی ہیں اور کوئی تدبیر کارگر نہیں ہوتی۔ ایسی صورت میں ذہنی مرکز میں سرخ رنگ غالب ہوجاتا ہے۔ سرخ رنگ سے جب دماغ مغلوب ہوجاتا ہے تو ہر شئے سرخ نظر آتی ہے۔

سرخ رنگ مرکز میں سرخ رنگ کی بے اعتدالی غیر معمولی جذباتی لگاؤ یا جذبات کے مجروح ہونے کی دلیل ہے۔

جن لوگوں میں سرخ رنگ اعتدال میں ہوتا ہے وہ دوسرے لوگوں کی مدد کرتے ہیں وہ لوگ نوع انسان اور اپنی نسل کے بارے میں متفکر رہتے ہیں۔ پسندیدہ مشاغل میں اپنی تمام صلاحیتوں کو استعمال کرتے ہیں۔

سرخ رنگ سے مغلوب لوگ اچھی زندگی گزارتے ہیں اور چونکہ کھانے پینے اور دوسرے معاملات میں جذبات پر قابو نہیں رکھ سکتے اس لئے موٹے

زیادہ ہوتے ہیں۔ ہم زندگی میں ایسے دور سے ضرور گزرتے ہیں جب سرخ رنگ دوسرے تمام رنگوں سے زیادہ غالب ہوتا ہے۔ بلوغت کے وقت سرخ رنگ نہایت طاقتور ہوجاتا ہے۔ یہ بات دلچسپ ہے کہ باکسروں کے اندر زنگ آلود سرخ رنگ غالب ہوتا ہے۔ غالب سرخ رنگ والا فرد اپنی جسمانی صحت کا خاص خیال رکھتا ہے۔ غالب سرخ رنگ والے لوگ تن سازی کے شوقین ہوتے ہیں۔

یہ رنگ محرک جذبات کو ابھارنے والا خوشی فراہم کرنے والا اور بھرپور زندگی کا رنگ ہے۔ آج کل لوگ کاریں بس میں ٹیلی ویژن کے سامنے یا دفتر میں زیادہ دیر بیٹھے رہتے ہیں ورزش نہیں کرتے اس کے نتیجہ میں سرخ رنگ کا مرکز غیر متحرک رہتا ہے اس وجہ سے انحطاط تیز رفتاری کے ساتھ مسلط ہوجاتا ہے۔ سرخ رنگ کی زیادتی سے طبیعت میں انتشار جھنجلاہٹ بیزاری اور لوگوں پر ظلم کرنے کا رجحان بڑھ جاتا ہے۔

جسمانی خواص:

سرخ رنگ کا مزاج گرم ہے۔ اس رنگ میں تعمیری صلاحیت زیادہ ہے یہ رنگ خون میں تحریک پیدا کرتا ہے خون کی کمی میں اگر ریڑھ کی ہڈی پر سرخ شعاعیں ڈالی جائیں تو سرخ خلیوں (R.B.C.) کی تعداد میں اضافہ ہوجاتا ہے۔ اگر جسم کے کسی حصہ پر فالج گرجائے تو سرخ شعاعیں ڈالنے سے دوران خون تیز ہوجاتا ہے اور اعصابی نظام صحیح ہوجاتا ہے اور اگر یہی شعاعیں ناف اور

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ٹانگ کے اوپر والے حصے پر ڈالی جائیں تو ست نسوں میں تحریک پیدا ہو جاتی ہے۔

زرد رنگ مرکز میں سرخی پیدا ہو جائے تو معدہ میں تکلیف بڑھ جاتی ہیں۔

ٹونسلز کے غدود میں ورم یا گلے میں خراش ہونے کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ گلے کے نچلے مرکز میں سرخی بڑھ جاتی ہے۔

نارنجی رنگ

لوہے کیلشیم نکل نارنجی غلاف والے پھل گاجر میٹھا کدو خوبانی آم آڑو وغیرہ میں نارنجی رنگ پایا جاتا ہے۔

ذہنی خواص:

جن لوگوں پر نارنجی رنگ کا غلبہ ہوتا ہے وہ ایسے کھیلوں میں دلچسپی لیتے ہیں جو تھکا دینے والے ہوں۔ ایسے لوگ ہر کام کو جلد از جلد کرنا چاہتے ہیں اور اگر ایسا نہ کر سکیں تو پریشان ہو جاتے ہیں۔ یہ لوگ اچھے منتظم ہوتے ہیں۔ نارنجی رنگ والے لوگ لوگوں کو اپنے اردگرد رکھنا پسند کرتے ہیں۔ ڈھیلا اور آرام دہ لباس پہنتے ہیں۔ محافل کو سجانے کا انہیں خاص ذوق ہوتا ہے۔ غالب نارنجی رنگ والے لوگ غالب سرخ رنگ والے لوگوں سے زیادہ چاق و چوبند ہوتے ہیں۔ چمکدار نارنجی رنگ کا غلبہ ہو تو صبح سویرے بیدار ہونا آسان ہوتا ہے۔

جسمانی خواص:

نارنجی رنگ ہاضمہ میں معاون ہوتا ہے۔ سردی کی وجہ سے پھیپھڑوں کی خرابی تپ دق پیچش اور مروڑ میں نارنجی رنگ بہت مفید ہے۔

زرد رنگ

کیمیاوی تجزیہ کے مطابق سونے کیلشیم نکل جست تانبہ پلاٹینیم سوڈیم فاسفورس کے علاوہ گاجر مٹرے اناج کیلا اناس لیموں گرے فروٹ اور بیشتر زرد غلاف والے پھلوں میں زرد رنگ ذخیرہ ہوتا ہے۔

ذاتی خواص:

زرد رنگ تحقیق کا رنگ ہے۔ غالب زرد رنگ لوگوں کو علم سیکھنے کا شوق ہوتا ہے اور یہ حضرات و خواتین مطالعہ سے بھرپور زندگی گزارتے ہیں۔ سائنس دان سیاست دان اور تاجر حضرات زیادہ تر اس رنگ کے زیر اثر ہوتے ہیں۔

جن خواتین و حضرات کے ذہنی مرکز میں زرد رنگ کی کثافت (Density) اعتدال سے بڑھی ہوئی ہوتی ہے وہ مادہ پرست ہوتے ہیں اور ذاتی مفاد کو ترجیح دیتے ہیں۔

کوئی بھی زرد رنگ شخص دنیاوی اعتبار سے کامیاب ہوتا ہے کیونکہ وہ دولت کمانے اور اس کے صحیح استعمال کا فن جانتا ہے۔ زرد رنگ دھوپ کا

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

رنگ ہے زرد رنگ لوگ متحرک ہوتے ہیں اچھا رہن سہن اختیار کرتے ہیں۔

زرد رنگ ذہن میں تحریک پیدا کرتا ہے۔ اگر آپ کبھی ذہنی الجھن کا شکار ہوں تو خط لکھنے کیلئے زرد رنگ کا کاغذ استعمال کریں۔ ایسے کمرے میں جہاں سورج کی روشنی داخل نہ ہو زرد رنگ طبیعت پر خوشگوار اثر مرتب کرتا ہے۔

جسمانی خواص:

زرد رنگ پیٹ کی جملہ بیماریوں کا بہترین علاج ہے۔ معدے سے گیس کا اخراج کرکے قوت ہاضمہ کو بہتر بناتا ہے۔ جگر کے امراض ذیابیطس خونی بواسیر سے نجات کے لئے مفید ہے۔ یہ رنگ جسم پر پیدا ہونے والے داغ دھبوں کو دور کرتا ہے۔ زرد رنگ کی کمی امراض کا سبب بنتی ہے اور اس کی زیادتی بخار کے اسباب میں ایک سبب ہے۔

سبز رنگ

سبز رنگ نکل کرومیم کوبالٹ پلاٹینم ایلومینیم کلوروفل اور بیشتر سبزیوں اور سبز غلاف والے پھلوں میں پایا جاتا ہے۔

ذہنی خواص:

سبز رنگ سکون بخش ہے۔ غالب سبز رنگ لوگ محبت سے لبریز ہوتے ہیں اور ان میں سے محبت کی کرنیں پھوٹتی رہتی ہیں جو ماحول کو لطیف بنا دیتی

ہیں۔ لوگ ان سے والہانہ محبت کرتے ہیں۔ غالب سبز رنگ لوگ باغبان اور کاشتکار ہوتے ہیں۔

سبز رنگ چونکہ زرد اور آسمانی رنگ کے امتزاج سے وجود میں آیا ہے اس لئے اس کے زیر اثر خواتین و حضرات کا ذہن چاق و چوبند رہتا ہے۔ دوسروں کے نقطہ نظر کو سکون سے سنتے ہیں۔ لوگ اپنی پریشانی بیان کرنے اور اس کا حل معلوم کرنے کے لئے ان کے پاس زیادہ تعداد میں آتے ہیں۔ حضرات و خواتین بچوں اور جانوروں سے محبت کرتے ہیں اور ان کی قربت کے خواہاں ہوتے ہیں۔ نرسری کے بچوں کے اساتذہ میں یہ رنگ وافر مقدار میں ہوتا ہے۔ آسمانی رنگ کی آمیزش کی وجہ سے ایسے حضرات پانی جھیل دریا اور سمندر سے خاص تعلق رکھتے ہیں۔ مزاجاً" بہت متوازن ہوتے ہیں اور جلد اداس بھی ہو جاتے لیکن نرم دل ہونے کی وجہ سے صدمہ سے جلد دوچار ہو جاتے ہیں یہ لوگ ہلکے رنگ کے کپڑے پہننا پسند کرتے ہیں۔ سبز رنگ والے اپنے کام سے کبھی مطمئن نہیں ہوتے۔ انھیں نئے نئے کام کرنے کا شوق ہوتا ہے اور دھن کے پکے ہوتے ہیں۔

معدہ کے زرد مرکز میں اگر سبز رنگ کی زیادتی ہوجائے تو ایسے لوگ نہ صرف خود جذباتی ہوجاتے ہیں بلکہ دوسروں کے حالات سے بھی پریشان ہوجاتے ہیں ایسے لوگ زندگی کی ہر کیفیت سے متاثر ہوتے ہیں گزرے ہوئے واقعات کے بارے میں سوچتے رہتے ہیں جسکی وجہ سے معدہ پر بار پڑتا ہے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ذہنی مرکز میں سبزی کے فقدان سے زندگی کے رویئے یک طرفہ رخ اختیار کر لیتے ہیں اور زندگی کے مقاصد حاصل کرنے میں شقی القلبی کا مظاہرہ ہوتا ہے۔

گلے میں اگر سبز رنگ معمول سے کم ہوجائے تو گفتگو میں تلخی پیدا ہوجاتی ہے اور معمول سے زیادہ بڑھ جائے تو اتنی نرمی آجاتی ہے کہ لوگ اپنے مقاصد کے لئے استعمال کر لیتے ہیں۔

جسمانی خواص:

سبز رنگ خصوصاً" اعصابی نظام اور ہائی بلڈ پریشر کے لئے بے حد مفید ہے۔ یہ رنگ اپنے اندر زخموں کو مندمل کرنے کی اکسیری صفات کا حامل ہے۔ السر کے مریضوں کے لئے آب حیات ہے۔ بیشتر سبزیاں سبز رنگ کی ہوتی ہیں۔ انہیں کچا یا پکا کر کسی بھی صورت میں کھایا جائے تو سبز رنگ کے اثرات جسم میں سرایت کر جاتے ہیں۔

سبز اور نیلے رنگ کی آمیزش سے فیروزی رنگ بنتا ہے۔ یہ رنگ جلد کے ریشوں کو توانائی بخشتا ہے۔ جلی ہوئی دھوپ سے جھلسی ہوئی جلد اور خارش کا بہترین علاج ہے۔ سکڑی ہوئی اور جھریوں بھری جلد میں تناؤ پیدا کرتا ہے۔ جس کی وجہ سے شخصیت میں کشش پیدا ہوتی ہے۔

آسمانی رنگ

آسمانی رنگ ایلومینیم کوبالٹ جست لیڈ (Lead) کے علاوہ آسمانی رنگ کے سارے پھل اور سبزیوں میں پایا جاتا ہے۔ مثلاً آلو بخارا انگور ناشپاتی آلو اس کے علاوہ مچھلی اور مرغی میں بھی پایا جاتا ہے۔

ذاتی خواص:

آسمانی رنگ وحدانیت کا مظہر ہے یہ رنگ روحانی ہے۔ جسم مثالی میں آسمانی رنگ کا ہالہ اس طرف اشارہ کرتا ہے کہ یہ شخص صاحب فن ہے۔ پرسکون طبیعت کا مالک ہے روحانی سوجھ بوجھ رکھتا ہے۔ رنگ میں جس قدر گہرائی ہوگی اسی مناسبت سے روحانیت دیانت داری فراست اور تقدس کا درجہ بلند ہوگا۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

ان لوگوں پر آسمانی رنگ غالب ہوتا ہے وہ خدا ترس مخلوق کی خدمت کرنے والے اللہ کی نشانیوں پر غور کرنے والے انبیاء اور اولیاء اللہ سے محبت کرنے والے ہوتے ہیں۔ اس رنگ کی حامل خواتین اور حضرات انبیاء علیہ الصلوۃ والسلام کی طرز فکر کو زندگی کا نصب العین سمجھتے ہیں۔ اخوت اور بھائی چارہ کی تلقین کرتے ہیں تفرقہ بازی سے دور رہتے ہیں۔

جسمانی خواص:

آسمانی رنگ کو دوسرے رنگوں کے مقابلے میں قدرے اہمیت حاصل ہے اس کا مزاج ٹھنڈا ہے۔ اسے سرخ رنگ کی ضد سمجھا جاتا ہے۔ تیز بخار

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

اثار نے اعصابی تناؤ کم کرنے نبض کی بڑھتی ہوئی رفتار کو اعتدال پر لانے اور دماغ کو سکون پہنچانے کے لئے بے حد مفید ہے۔ آسمانی رنگ سے ہائی بلڈ پریشر پر قابو پانے میں مدد ملتی ہے۔ آسمانی رنگ اعصاب کو پرسکون اور ذہنی و جسمانی ہیجان کو کم کرنے میں معاون ہے۔

آسمانی رنگ مندرجہ ذیل متفرق امراض میں مفید ہے۔

عام بخار سرخ بخار ٹائیفائیڈ طاعون چیچک مرگی ہسٹیریا اختلاج قلب پیاس یرقان صفرا آنکھوں کے امراض زہریلے ڈنک خارش السر دانت کے امراض اور بے خوابی۔

نیلا رنگ

آسمانی رنگ میں ہلکی سی سرخی ہو تو نیلا رنگ ہے۔

ذہنی خواص:

اس رنگ کی خواتین و حضرات مخلوق کے علاج میں دلچسپی رکھتے ہیں۔ طبیب اور ڈاکٹر حضرات اس رنگ سے تعلق رکھتے ہیں۔ ایسے لوگ گو کہ زیادہ نہیں بولتے پھر بھی دوسرے لوگ ان کی محفل میں خود آگاہی حاصل کرتے ہیں گویا وہ آئینہ ہوتے ہیں جس میں لوگ خود کو دیکھتے ہیں۔ ایسے لوگ خاموش پرسکون اور نرم مزاج ہوتے ہیں اور ان میں یہ خوبی ہوتی ہے کہ لوگ ان کے پاس بیٹھ کر خود کو پرسکون محسوس کرتے ہیں۔

جسمانی خواص:

یہ رنگ خون کی صفائی آنکھوں کے ورم کانوں کے چند امراض (کانوں میں شور کان میں پھنسی) اعصابی تکالیف سانس کی نالیوں کی سوزش پھیپھڑوں اور ناک کی تکلیف ٹانسلز اور کھانسی کے علاج میں مفید ہے۔

بنفشی رنگ

بنفشی رنگ میں سرخ اور نیلے رنگ کی مقداریں برابر ہوتی ہیں۔

ذہنی خواص:

اس رنگ کے لوگ حساس ہوتے ہیں اور مختلف طریقوں سے اس کا اظہار بھی کرتے ہیں۔

بنفشی رنگ فنکاروں اور مصوروں کا رنگ ہے۔ جب تک ہمارے اندر پائندہ بنفشی رنگ موجود نہ ہو تو ہم خوبصورتی کا احساس نہیں کر سکتے۔

بنفشی رنگ میں اگر سرخ رنگ کا تناسب زیادہ ہو تو اس کا اظہار جنس کی شکل میں ہوتا ہے لیکن اگر اس میں نیلے رنگ کی مقدار زیادہ ہو تو معاملہ اس کے برعکس ہوتا ہے۔ کبھی کبھی وہ خود اپنے اندر کھو جاتے ہیں۔ اچھے فن کاروں کے ساتھ یہی ہوتا ہے ایسے لوگوں میں روحانی قدریں زیادہ ہوتی ہیں اگر ان کی باطنی آنکھ کھل جائے تو وہ غیب کا نظارہ کرتے ہیں۔ ان لوگوں کے اندر ہمہ وقت تعمیر کا جذبہ موجزن رہتا ہے یہ لوگ اپنی ذات کے لئے کم اور

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

نسل انسانی کے لئے زیادہ سوچتے ہیں اور ہمہ وقت اس فکر میں رہتے ہیں کہ نوع انسانی کو ان کی ذات سے فائدہ پہنچ جائے وہ اپنی زندگی کے پانچ منٹ بھی ضائع کرنا نہیں چاہتے۔

جسمانی خواص:

بنفشی رنگ تلی میں تحریک پیدا کر کے قوت مدافعت کو بڑھاتا ہے۔ بنفشی رنگ جسم میں پوٹاشیم اور سوڈیم کے توازن کو قائم رکھنے میں مدد دیتا ہے۔
بنفشی رنگ تمام غدود جن میں لمفیٹک گلینڈز (Lymphatic Glands) بھی شامل ہیں کی غیر ضروری تحریک کو روکتے ہیں۔ یہ رنگ بھوک کو کنٹرول کر کے وزن کم کرنے کے لئے بھی مفید ہے۔ شدید ذہنی دباؤ اور ہیجانی کیفیت کو کم کرتا ہے۔ یہ رنگ گہری اور پرسکون نیند کے لئے ایک بہترین نسخہ ہے۔

بنفشی رنگ مندرجہ ذیل متفرق امراض میں مفید ہے۔

جنسی امراض پیشاب کا تکلیف سے آنا سوزاک پیشاب کا بار بار آنا ذیابیطس رحم کی جملہ تکالیف لیکوریا گردوں کا ورم اور مثانہ کی پتھری۔

قرمزی رنگ (Magenta)

بنفشی رنگ میں اگر زرد رنگ شامل ہوجائے تو قرمزی رنگ بنتا ہے۔
اس رنگ والے شخص میں انتظامی صلاحیتیں زیادہ ہوتی ہیں۔

"ہر شخص کے اندر کسی نہ کسی رنگ کا غلبہ ہوتا ہے اور وہ زندگی کو اسی رنگ کی عینک سے دیکھتا ہے"۔

جو رنگ ہم مکان اور لباس کے لئے پسند کرتے ہیں وہ ہماری گہری دلچسپی کا نتیجہ ہے۔

"اگر ہم اس حقیقت سے واقف ہوجائیں کہ رنگ واقعی اہم ہیں تو آہستہ آہستہ ہمارے اوپر ہماری ذات کے رنگوں کے اسرار منکشف ہوجائیں گے"۔

ہم جس رنگ کے کپڑے پہنتے ہیں ہماری ذات اور ہمارے ماحول پر اس کا اثر مرتب ہوتا ہے۔ رنگوں میں بے شمار شیڈز (Shades) ہوتے ہیں۔ ہم کپڑوں میں رنگ کا چناؤ اندرونی تحریک کے تحت کرتے ہیں جو ہمیں بتاتی ہے کہ کون سا رنگ ہمارے لئے اچھا ہے۔ ہوسکتا ہے کہ جو رنگ ہمیں آج اچھا نہیں لگ رہا ہے ایک سال کے بعد وہی رنگ ہمیں بھلا لگنے لگے۔ اس تبدیلی کا مطلب یہ ہے کہ ہمارے اندر روشنیوں کے بہاؤ میں تبدیلی واقع ہوگئی ہے۔ اگر ہم اس بات پر غور کریں کہ ہمارے ماحول میں کون سے رنگ بکھرے ہوئے ہیں ہم کس رنگ کے کپڑے پہنتے ہیں اور کھانے کی اشیاء کا رنگ کیا ہے؟ تو ہم اس حقیقت سے واقف ہوجائیں گے کہ ہماری زندگی رنگوں کے علاوہ کچھ نہیں ہے۔

شعور کا سفر

اس دنیا میں مقررہ وقت گزارنے کے بعد ہم ایسے عالم میں پیدا ہوتے

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ہیں جہاں سے ہمارا دوسرا سفر شروع ہو جاتا ہے۔ اس عالم میں ہمیں دودھیا روشنی سے واسطہ پڑتا ہے۔ دودھیا روشنی تیسری آنکھ سے نظر آتی ہے۔

دودھیا روشنی اپنے توازن کو قائم رکھتی ہے۔ ساتھ ساتھ دوسروں کے توازن کو قائم رکھتی ہے اور یہ روشنی جسم کے لئے استعمال ہونے والی اشیاء میں بھی سرایت کر جاتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ روحانی لوگوں کی چیزوں کو تبرک کے طور پر محفوظ کر لیا جاتا ہے۔ پاکیزہ اور لطیف لہریں قبروں سے باہر پھیلتی رہتی ہیں انہی لہروں کے پھیلاؤ کو فیض کہا جاتا ہے۔ شفاف باطن میں روشنیوں کا ذخیرہ ہوتا ہے جس سے ماحول منور ہوتا رہتا ہے۔ جو حضرات دودھیا روشنی میں نہائے رہتے ہیں وہ کم گو ہوتے ہیں اور دنیاوی کاموں سے وقت نکال کر گوشہ نشین ہو کر تفکر کرتے ہیں۔

مگر سوال یہ ہے کہ زندگی میں جب بے شمار رنگوں کی یلغار ہو رہی ہو تو ہم دودھیا روشنی کو کس طرح حاصل کریں؟ اس کا طریقہ یہ ہے کہ کچھ وقت نکال کر ایک کونے میں بیٹھ جائیں اور اپنی ذات سے رابطہ قائم کرنے کے لئے مراقبہ کریں۔

رنگ اور الہامی کتابیں

قرآن پاک میں بار بار رنگ، رنگوں کے تخلیقی مراحل میں کردار اور اس کے فوائد کی طرف انسان کو متوجہ کیا گیا ہے۔

☆ "اللہ روشنی ہے آسمانوں کی اور زمین کی۔" (نور-۳۵)

☆ "اور جو بکھیرا ہے تمہارے واسطے زمین میں کئی رنگ کا۔ اس میں نشانی ہے ان لوگوں کو جو سوچتے ہیں۔" (نحل-۱۳)

☆ "اور اس کی نشانیوں سے ہے آسمان زمین کا بنانا اور بھانت بھانت بولیاں تمہاری اور رنگ اس میں بہت پتے ہیں بوجھنے والوں کو۔"

(روم-۲۲)

☆ "تو نے نہیں دیکھا؟ کہ اللہ نے اتارا آسمان سے پانی پھر ہم نے نکالے اس سے میوے طرح طرح ان کے رنگ اور پہاڑوں میں گھاٹیاں ہیں سفید اور سرخ طرح طرح ان کے رنگ اور بھجنگ کالے۔"

(فاطر-۲۷)

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

☆ "اور آدمیوں میں اور کیڑوں میں اور چارپایوں میں کئی رنگ ہیں۔ اسی طرح اللہ کی عظمت کو وہی لوگ سمجھتے ہیں جن کو سمجھ ہے۔ تحقیق اللہ زبردست ہے بخشنے والا۔"

(فاطر۔۲۸)

☆ "تو نے نہیں دیکھا؟ کہ اللہ نے اتارا آسمان سے پانی پھر چلایا وہ پانی چشموں میں زمین کے پھر نکالتا ہے اس سے کھیتی کئی کئی رنگ بدلتے اس پر پھر آئی تیاری پر تو تو دیکھے اس کا رنگ زرد پھر کر ڈالتا ہے اس کو چورا بے شک اس میں نصیحت ہے عقلمندوں کو۔"

(الزمر۔۲۱)

☆ "نکلتی ان کے پیٹ میں سے پینے کی چیز جس کے کئی رنگ ہیں اس میں آزار چنگے ہوتے ہیں لوگوں کے۔ اس میں پتہ ہے ان لوگوں کو جو دھیان کرتے ہیں۔"

(نحل۔۶۹)

قرآن مجید اس امر کی نشاندہی کرتا ہے کہ شہد کی مکھی کے پیٹ سے مختلف رنگ کی رطوبتیں خارج ہوتی ہیں جن کو علم طب میں خامرے (Enzymes) کہتے ہیں۔ یہ "جوہر" مختلف امراض کے علاج میں مفید ہے۔ میڈیکل سائنس شہد کے جراثیم کش اثرات اور مختلف بیماریوں میں شہد کی افادیت کی قائل ہے۔

کتاب مقدس میں بار بار روشنی اور رنگ کی تخلیقی اہمیت اور افادیت کو واضح کیا گیا ہے۔

☆ اور خدا نے کہا کہ روشنی ہو جا اور روشنی ہو گئی اور خدا نے دیکھا کہ روشنی اچھی ہے اور خدا نے روشنی کو تاریکی سے جدا کیا۔

(پیدائش باب ۱: ۳-۴)

☆ اور اس نے ستاروں کو بھی بنایا اور خدا نے ان کو فلک پر رکھا کہ زمین پر روشنی ڈالیں۔

(پیدائش باب ۱: ۱۷-۱۸)

☆ اور زمین کے کل جانوروں کے لئے اور ہوا کے کل پرندوں کے لئے اور ان سب کے لئے جو زمین پر رینگنے والے ہیں جن میں زندگی کا دم ہے کل ہری بوٹیاں کھانے کو دیتا ہوں اور ایسا ہی ہوا۔

(پیدائش باب ۱: ۳۱)

☆ اور بنی اسرائیل نے اس کا نام "من" رکھا اور وہ دھنیے کے بیج کی طرح سفید اور اس کا مزہ شہد کے بنے ہوئے پوئے کی طرح تھا۔

(خروج باب ۱۶: ۳۲)

کوہ طور پر اللہ تعالیٰ اور حضرت موسیٰ کے درمیان گفتگو کو کتاب مقدس میں بڑی تفصیل سے بیان کیا گیا ہے۔ گفتگو کے اس حصہ سے جہاں پر خداوند تعالیٰ بنی اسرائیل کو نذر کے احکامات دیتے ہیں رنگوں کی اہمیت اور افادیت ظاہر ہوتی ہے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

☆ اور خداوند نے موسیٰ کو فرمایا بنی اسرائیل سے یہ کہنا کہ میرے لئے نذر لائیں اور تم ان ہی سے میری نذر لینا جو اپنے دل کی خوشی سے دیں اور جن چیزوں کی نذر تم کو ان سے لینی ہے وہ یہ ہیں سونا اور چاندی اور پیتل اور آسمانی اور ارغوانی اور سرخ رنگ کا کپڑا اور باریک کتان اور بکری کی پشم اور مینڈھوں کی سرخ رنگی ہوئی کھالیں اور تخس کی کھالیں اور کیکر کی لکڑی اور چراغ کے لئے تیل اور مسح کرنے کے لئے تیل اور خوشبودار بخور کے لئے مصالح اور سنگ سلیمانی اور افود اور سینہ بند میں جڑنے کے نگینے۔

(خروج باب ۲۵:۱-۸)

زبور میں بھی روشنی سے متعلق مختلف جگہوں پر ذکر آیا ہے۔ اس کتاب میں روشنی کا ذکر زیادہ تر باطنی صفائی اور رشد و ہدایات کے مفہوم میں آیا ہے۔

☆ وہ تیری راستبازی کو نور کی طرح اور تیرے حق کو دوپہر کی طرح روشن کرے گا۔ (داؤد کا مزمور۔۶)

☆ زوفے سے مجھے صاف کر تو میں پاک ہوں گا۔ مجھے دھو اور میں برف سے زیادہ سفید ہوں گا۔ (میر مغنی کے لئے مزمور۔۵۱-۷)

☆ بگولے میں تیرے رعد کی آواز تھی برق نے جہان کو روشن کر دیا۔

(آسف کا مزمور۔۷۷-۱۸)

☆ اس کی بجلیوں نے جہان کو روشن کر دیا۔

(چوتھی کتاب۔۹۷-۴)

زرتشت کی تعلیمات کے مطابق کائنات کی تخلیق میں روشنی اور رنگوں کے کردار کو بنیادی اہمیت حاصل ہے۔ مذہبی کتاب گھارتھا کے مطابق کائنات کی ابتداء خالق کائنات "آہورا مزدا" کے خیال "فراواشی" Faravashi سے ہوئی۔ آہورا مزدا کا خیال ارتعاش کے قانون "زروان" Zurvan کے ذریعے آواز Ahu-Na-Var میں تبدیل ہوئی۔ یہ آواز مقدس سفید روشنی کی صورت میں آہورا مزدا کے کائناتی شعور سے ظاہر ہوئی۔ اس سفید روشنی سے رنگ وجود میں آئے اور یہ رنگ کائنات اور کائنات میں وجود تمام اشیاء ستارے چاند سورج کہکشاں پھول پھلواری زمین آسمان درخت پہاڑ دریا وغیرہ کی بنیاد ہے۔ آہورا مزدا نے کائنات کو چلانے کے لئے دو قوتیں تخلیق کیں۔

۱۔ روشنی کی قوت Spenta-Mainyeu

۲۔ تاریکی کی قوت Anghre-Mainyeu

روشنی کی قوت آہورا مزدا کے بنائے ہوئے قوانین کی تعمیل کرتی ہے جب کہ تاریکی کی قوت ان قوانین کی تعمیل نہیں کرتی۔

وید اور بھگوت گیتا میں روشنی اور رنگ سے متعلق کئی آیتیں موجود ہیں۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

I am the inner light,

I am the outer light,

I am the all-pervading light,

I am above all, (the greatest of the great)

I am the light of the lights

I am the self luminous,

I am the light of my own self,

I myself am siva the self of the self.

ترجمہ:-

میں اندرونی روشنی ہوں

میں بیرونی روشنی ہوں

میں سرایت کرنے والی روشنی ہوں

میں سب سے بڑا ہوں (عظیم سے عظیم تر ہوں)

میں روشنیوں کی روشنی ہوں

میں خود روشن ہوں (نور ہوں)

میں اپنی ذات کی روشنی ہوں

میں خود تخلیق کرتا ہوں اور تباہ کرتا ہوں

There is neither East nor West here,

The sun never shines nor sets there,

There is neither day nor night here,

It is the lights of lights sublime of eneffable

ترجمہ:-

یہاں نہ کوئی مغرب ہے نہ مشرق ہے

یہاں نہ سورج طلوع ہوتا ہے نہ غروب ہوتا ہے

یہاں نہ رات ہے نہ دن

یہاں وہ باجمال نور ہے جس کے بیان سے الفاظ قاصر ہیں

Here there is no intoxication of caste creed or colour,

ترجمہ:-

یہاں پہ ذات پات عقائد مذہب اور رنگ کا نشہ مخمور کرنے والا نہیں ہے۔

وید کی تعلیمات اور ہندو فلاسفی کے مطابق کائنات میں تین ایجنسیاں Agencies سرگرم عمل ہیں:-

۱- ساتوا Sattwa

۲- راجاس Rajas

۳- تاماس Tamas

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ساتواں دراصل اچھائی ہے سکون ہے روشنی ہے اس ایجنسی کا رنگ سفید ہے۔

راجاس دراصل جذبہ ہے عمل ہے اس ایجنسی کا رنگ سرخ ہے۔
تاماس دراصل تاریکی ہے جمود ہے اس ایجنسی کا رنگ سیاہ ہے۔
ان تین ایجنسیوں کے ملاپ سے انسانی شخصیت بنتی ہے۔ شخصیت میں جو رنگ غالب ہوتا ہے انسان انہی خصوصیات کا حامل ہوتا ہے۔
عظیم سائنسٹ (Scientist) قلندر بابا اولیاءؒ کی ریسرچ یہ ہے کہ مخلوق کی ساخت میں تین روحیں کام کرتی ہیں۔ ہر روح کے دو دائرے ہیں۔

۱۔ روح اعظم
۲۔ روح انسانی
۳۔ روح حیوانی

روح اعظم کے پہلے دائرے کا رنگ نیلا ہے اور دوسرے دائرے کا رنگ بنفشی ہے۔ روح انسانی کے پہلے دائرے کا رنگ سبز ہے اور دوسرے دائرے کا رنگ سفید ہے۔ روح حیوانی کے پہلے دائرے کا رنگ سرخ ہے اور دوسرے دائرے کا رنگ زرد ہے۔

تخلیق اور رنگ

انسان کے اندرونی اور بیرونی جسمانی نظام کا مطالعہ کیا جائے تو یہ حقیقت منکشف ہوتی ہے کہ انسان کی تخلیق رنگوں سے ہوئی ہے۔

۱۔ کھال کا رنگ
۲۔ بالوں کا رنگ
۳۔ ہونٹوں کا رنگ
۴۔ زبان کا رنگ
۵۔ حلق کا رنگ
۶۔ آنکھوں کے مختلف رنگ
۷۔ ناک کے اندر کا رنگ
۸۔ نرخرے کا رنگ
۹۔ مسوڑھوں کا رنگ
۱۰۔ دل کا رنگ
۱۱۔ جگر کا رنگ
۱۲۔ پتہ کا رنگ
۱۳۔ گردوں کا رنگ
۱۴۔ تلی کا رنگ
۱۵۔ آنتوں کا رنگ
۱۶۔ معدہ کا رنگ
۱۷۔ ہڈیوں کا بیرونی و اندرونی رنگ
۱۸۔ خون کا رنگ
۱۹۔ پیشاب کا رنگ
۲۰۔ پاخانے کا رنگ

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

نظریہ رنگ و نور کے مطابق ہر رنگ کا مزاج اور خاصیت الگ الگ ہے۔ جب تک رنگ متوازن رہتے ہیں انسان صحت مند رہتا ہے اور جب کسی بھی رنگ میں توازن برقرار نہیں رہتا تو آدمی بیمار ہوجاتا ہے۔

انسان بنیادی طور پر مختلف رنگوں کا امتزاج ہے اور سورج کی روشنی میں یہ تمام رنگ موجود ہیں جو انسان دھوپ سے اپنی ضرورت کے مطابق حاصل کرتا رہتا ہے لیکن جب اس نظام میں خرابی واقع ہوجاتی ہے تو رنگ میں کمی و بیشی ہوجاتی ہے۔اس کی علامات مرض کی صورت میں ظاہر ہوتی ہیں۔ رنگ کی کمی یا بیشی کو دور کردیا جائے تو انسان تندرست ہوجاتا ہے۔

انسان انسان کی دنیا جنات جنات کی دنیا فرشتے فرشتوں کی دنیا غرضیکہ کائنات میں موجود ہر شئے رنگوں کے اعتدال پر قائم ہے۔ اگر کسی دانشور کو اس بات سے اختلاف ہے تو زمین پر پھیلی ہوئی کھربوں چیزوں میں سے کوئی ایک چیز بے رنگ تلاش کرے جو اسے نہیں ملے گی۔ دراصل کائنات رنگوں کے علاوہ کچھ نہیں ہے۔

مرض اور رنگین خواب

آدمی پوری زندگی دو حواس میں گزارتا ہے۔

۱۔ بیداری

۲۔ خواب

جس طرح بیداری کی دنیا میں کوئی بھی عمل رنگوں کا مظہر ہوتا ہے اسی طرح خواب کی دنیا میں بھی رنگوں کا کردار موجود ہے۔ ہم جب کچھ سوچتے ہیں تو اس میں ہماری دلچسپی یا تو کم ہوتی ہے یا زیادہ ہوتی ہے یا یہ سوچ ہوا کی طرح گزر جاتی ہے۔ اگر سوچ میں ٹھہراؤ پیدا ہوجائے اور نقوش گہرے ہوجائیں تو اس کا مظاہرہ ہونا ضروری ہے .... یہ ماورائی قانون کی ایک شق ہے۔ اس قانون کے خلاف کوئی خیال عملی جامہ نہیں پہن سکتا۔ جس طرح بیداری میں کسی ایک خیال پر ذہن مرکوز ہونے کے بعد وہ خیال مظہر بنتا ہے بالکل یہی صورت خواب میں بھی کارفرما ہے۔ ہم خواب میں بھی وہی سب اعمال و حرکات کرتے ہیں جو بیداری میں کرتے ہیں۔ مثلاً اگر ہم بیداری

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

میں گلاب کا پھول دیکھتے ہیں اور گلاب کے پھول میں سرخ گلابی سفید یا زرد رنگ ہماری نظروں کے سامنے آتا ہے اسی طرح خواب میں اگر ہم گلاب کا پھول دیکھتے ہیں تب بھی رنگوں کا مظاہرہ ہماری آنکھوں کے سامنے رہتا ہے۔ انسانی زندگی کے ان دو حواسوں میں دیکھنا سننا محسوس کرنا خوش ہونا غمگین ہونا بیمار ہونا یا صحت مند ہونا سب مشترک ہیں۔ آدمی جس طرح بیداری میں بیمار ہوتا ہے کمزور و نحیف ہوتا ہے اسی طرح وہ خواب میں بھی خود کو جب بیمار دیکھتا ہے تو اسے چلنے پھرنے میں کمزوری محسوس ہوتی ہے۔

قانون

قانون یہ ہے کہ خواب ہو یا بیداری دونوں حالتوں میں انسان کی زندگی متحرک ہے۔ فرق صرف یہ ہے کہ بیداری میں براہ راست مادی وجود کا عمل دخل ہوتا ہے اور خواب میں آدمی مادی وجود سے آزاد ہو کر سفر کرتا ہے۔

کائنات کی کوئی شئے بے رنگ نہیں ہے۔ کائنات میں ظاہری دنیا ہو ماورائی دنیا ہو یا ماورائی دنیا سے اوپر غائب کی دنیا سب شامل ہیں۔ انسان جب خواب کی دنیا میں سفر کرتا ہے تو وہاں زمین بھی ہوتی ہے اسے آسمان بھی نظر آتا ہے۔ ندی نالے دریا اور سمندر بھی اس کی آنکھوں کے سامنے آتے ہیں۔ وہ خود کو چلتے پھرتے دیکھتا ہے اور خلاء میں پرواز بھی کرتا ہے۔ لیکن پرواز کے دوران اس کی نظر آسمان پر پڑتی ہے تو آسمان پر چاند اسی طرح نظر

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

آتا ہے جس طرح چاند کو وہ بیداری میں دیکھتا ہے۔ خواب میں وہ اگر کسی باغ میں چہل قدمی کرتا ہے تو باغ کے اندر روشیں گلاب کے تختے رنگ رنگ پھول فوارے فواروں میں اچھلتا ہوا پانی پانی میں رنگ برنگ مچھلیاں ہلکے ہلکے گہرے سبز رنگ پتے مختلف پھل مثلاً آم امرود ناشپاتی چیکو بادام جامن ناریل اور دوسرے بے شمار قسموں کے پھل جب وہ دیکھتا ہے تو انہیں باقاعدہ پہچانتا ہے۔ پہچاننے کا ذریعہ اس پھل کی ساخت اور رنگ ہے۔ جب وہ آم دیکھتا ہے تو آم کی ساخت اور آم کے رنگ سے آم کو پہچانتا ہے۔ جب وہ انگور دیکھتا ہے تو انگور کی ساخت اور انگور کے رنگ سے انگور کو پہچانتا ہے اور جب وہ بڑے بڑے گھاس کے Lawn دیکھتا ہے تو بھی رنگ شناخت کا ذریعہ بنتے ہیں۔ اگر وہ خواب میں سنگترہ کھاتا ہے تو ایسا نہیں ہوتا کہ خواب میں سنگترہ کا رنگ معدوم ہو جائے۔ سنگترہ کا جو رنگ اس مادی دنیا میں ہے وہی اسے نظر آتا ہے۔ سنگترہ جب ہاتھ میں آتا ہے تو وہ دیکھتا ہے کہ نارنجی رنگ اس کے ہاتھ میں ہے۔ جب وہ سنگترہ کو کھولتا ہے تو دیکھتا ہے کہ چھلکے کے اندرونی رخ میں سفید رنگ غالب ہے۔ جب وہ سنگترہ کی قاش الگ کرتا ہے تو قاش کا رنگ اسے الگ نظر آتا ہے۔ قاش کے اندر بیج' بیج کے اندر گری اور گری کے اندر جو سبز رنگ غالب ہے وہ بھی اسے الگ سے نظر آتا ہے۔

مفہوم یہ ہے کہ ہم رنگوں کی اہمیت کو خواب میں بھی نظرانداز نہیں کر سکتے۔ خواب کے اندر جب ہم کسی کالے آدمی کو دیکھتے ہیں تو ہمیں اس کا

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

رنگ بالکل اسی طرح کالا نظر آتا ہے جس طرح بیداری کے عالم میں نظر آتا ہے۔ بیداری کے عالم میں ہمیں اگر کوئی گندمی رنگ آدمی نظر آتا ہے تو خواب میں بھی ہم اسے گندمی رنگ کا دیکھتے ہیں۔ خواب میں رنگوں کی اہمیت افادیت اور نقصان کا اندازہ اس طرح بھی کیا جاتا ہے کہ خواب دیکھنے والا بندہ جب آگ دیکھتا ہے تو آگ کے الاؤ کو آگ کے مخصوص رنگوں سے پہچانتا ہے۔ آگ کی تپش بھی محسوس کرتا ہے۔ اگر خواب دیکھنے والا ایسے مقام پر خود کو دیکھتا ہے جہاں کی فضا یخ اور سرد ہے اور جہاں ہر طرف برف ہی برف ہے لیکن وہاں آگ کا الاؤ بھی روشن ہے تو سردی کا احساس کم ہوجاتا ہے۔ یہ بات کہ ظاہری دنیا میں مادی وجود کام کرتا ہے اور خواب کی دنیا میں مادی وجود معطل ہوجاتا ہے۔ اس کی پوری تفصیلات ہم "خواب اور تعبیر" کتاب میں بیان کرچکے ہیں۔

غور کیا جائے تو آدمی دراصل خواہشات کا غلام ہے۔ ایک خواہش پوری نہیں ہوتی دوسری خواہش سامنے آجاتی ہے۔ دوسری خواہش پوری نہیں ہوتی تیسری چوتھی پانچویں خواہش سامنے آجاتی ہے اور خواہشات کا یہ تسلسل اتنا زیادہ ہوجاتا ہے کہ آدمی کی اپنی حیثیت خواہشات کے پردوں میں چھپ جاتی ہے۔ ایسا کبھی نہیں ہوتا کہ انسان کی ہر خواہش پوری ہوجائے۔ ایسا کبھی نہیں ہوا کہ انسان کا ہر ارادہ پورا ہوجائے۔

حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے کسی نے پوچھا' "آپ نے اللہ کو کیسے

PVL
PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

پہچانا"۔ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا' "میں نے اپنے ارادوں کی ناکامی سے اللہ کو پہچانا"۔

اس کے باوجود کہ انسان کی ہر خواہش پوری نہیں ہوتی اور انسان کا ہر ارادہ تکمیل پذیر نہیں ہوتا انسان کی یہ عادت ہے کہ وہ خواہشات کے ہجوم میں گرفتار رہتا ہے۔ یوں کہنا چاہئے کہ مادی زندگی .... دراصل خواہشات کا تسلسل ہے۔ انسان کی خواہش اگر پوری نہیں ہوتی تب بھی وہ دوسری خواہش کے پیچھے چل پڑتا ہے اور یہ چل پڑنا اس لئے ضروری ہے کہ زندگی ٹھہر کر انتظار نہیں کرتی۔ انسان کی بنیادی کمزوری یہ ہے کہ وہ محرومی یا ناکامی کا افسوس کرتا ہے جب کہ محرومی اور ناکامی ہی اسے اگلا قدم اٹھانے پر مجبور کرتی ہے۔ ناکام خواہشات اور محکوم تمناؤں کا جب کوئی تدارک نظر نہیں آتا اور انسان اس نقطہ پر رک جاتا ہے تو چونکہ یہ عمل خلاف قانون ہے اور غیر فطری ہے اس لئے اس کے اوپر احساس محرومی کا غلبہ ہوجاتا ہے۔ احساس محرومی ایک بیماری ہے۔

احساس محرومی بیماری کا ایک ایسا درخت ہے جس کے تنے سے نکلنے والی ہر شاخ اور شاخ میں سے نکلنے والا ہر پتہ احساس محرومی کے علاوہ کچھ نہیں ہے۔ اس صورت حال میں انسان نفسیاتی مریض ہوجاتا ہے اور نفسیاتی بیماریوں میں پہلے دماغی عارضہ ہوتا ہے اور پھر یہ عارضہ بڑھتے بڑھتے مختلف بیماریوں میں تبدیل ہوجاتا ہے۔ مثلاً ڈپریشن خوف پریشانی شیزوفرینیا مینیا تکرار

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

عمل اور تکرار خیال۔ ان بیماریوں کے دباؤ کی وجہ سے نروس سسٹم جب مزید کمزور ہوجاتا ہے تو دوسری بیماریاں لاحق ہوجاتی ہیں۔ مثلاً لو بلڈ پریشر ہائی بلڈ پریشر پٹھوں کا کھچاؤ ہڈیوں کا گلنا وغیرہ وغیرہ۔

قدرت رحیم و کریم ہے اور رحیم کریم کے ساتھ فیاض بھی ہے۔ قدرت کائنات میں پھیلی ہوئی مخلوق کو ہمیشہ سکھ چین کی زندگی گزارنے کی ترغیب دیتی ہے۔ کسی آدمی پر جب احساس محرومی اس حد تک غالب ہوجائے کہ دنیا بیزاری اس کا محبوب مشغلہ بن جائے تو قدرت اسے زیادہ سے زیادہ رنگین خواب دکھاتی ہے۔ یہ رنگین خواب ایک طرح کا لاشعوری علاج ہے۔

رنگین خواب بہت کم نظر آتے ہیں لیکن جب بھی نظر آتے ہیں تو ان کے پیچھے قدرت کی فیاضی شامل ہوتی ہے۔ دماغی اعتبار سے اگر کوئی آدمی ماؤف ہوجائے اور دماغ میں وہ سیلز (Cells) جو اعصاب کو کنٹرول کرتے ہیں تھک جائیں اور ان کی کارکردگی سست پڑ جائے تو آدمی خواب میں نیلا رنگ دیکھتا ہے۔ یعنی اسے خواب میں ہر چیز نیلی نظر آتی ہے۔ اگر اعصاب زیادہ کمزور نہیں ہوئے اور کسی وجہ سے حافظہ متاثر ہوگیا تو خواب میں اسے چیز کی گہرائی میں نیلے پن کا احساس ہوتا ہے۔

ہائی بلڈ پریشر کا کوئی مریض خواب میں زیادہ تر سرخ رنگ دیکھتا ہے لیکن اگر کوئی ہائی بلڈ پریشر کا مریض خواب میں سرخ کے بجائے سبز رنگ دیکھے تو اس کا مطلب یہ ہوگا کہ قدرت نے اسے ہائی بلڈ پریشر کے مرض سے نجات

دے دی ہے لیکن اگر وہ سرخ رنگ دیکھے یا بھڑکتے ہوئے شعلے دیکھے یا سرخ رنگ کا جلتا ہوا بلب دیکھے تو معالج کے لئے یہ بات قرین قیاس ہے کہ یہ خواب دیکھنے والا آدمی ہائی بلڈ پریشر کا مریض ہے یا آئندہ ہائی بلڈ پریشر کا مریض بن جائے گا۔

خواب کی دنیا کے اسرار و رموز میں ایک نکتہ یہ ہے کہ آدمی خواب میں شر یا خیر سب کچھ دیکھتا ہے اور متاثر ہوتا ہے۔ جو کچھ خواب میں دیکھتا ہے اکثر بیداری میں پیش آجاتا ہے۔ ایسا بھی ہوتا ہے کہ ایک آدمی نے خواب میں دیکھا کہ مجھے بخار چڑھا ہوا ہے جب وہ بیدار ہوتا ہے تو بخار میں مبتلا ہوتا ہے۔ بہت سے کند ذہن لوگ جن کو بظاہر شاعری سے کوئی لگاؤ نہیں ہوتا جب وہ خواب میں کوئی نظم یا غزل سنتے ہیں تو اٹھنے کے بعد انہیں پوری کی پوری غزل یا نظم یاد ہوتی ہے۔ تاریخ یہ بھی بتاتی ہے کہ ایک ان پڑھ شخص عالم خواب میں کسی علمی محفل میں شریک ہوا اور بیدار ہونے کے بعد علم و حکمت کی باتیں بیان کرنے لگا۔ ادب کی دنیا میں بہت ساری مثالیں ایسی ہیں کہ کسی نے خواب میں کچھ لکھا اور بیدار ہونے کے بعد وہی سب کچھ کاغذ پر منتقل کر دیا۔ مثلاً مولانا جلال الدین رومیؒ نے بہترین اشعار نیند کی حالت میں کہے۔ صوفی شاعر ابن الفارس نے اپنے سارے عمدہ قصیدے پہلے خواب میں لکھے اور پھر بیداری میں قلم بند کئے۔ شیخ سعدیؒ کا یہ شعر

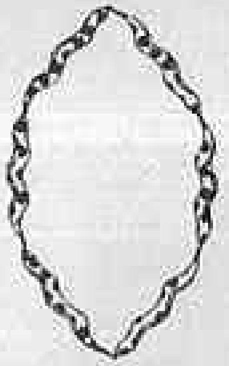
PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

حسن یوسف دم عیسیٰ ید بیضا داری
آنچہ خوباں ہمہ دارند تو تنہا داری

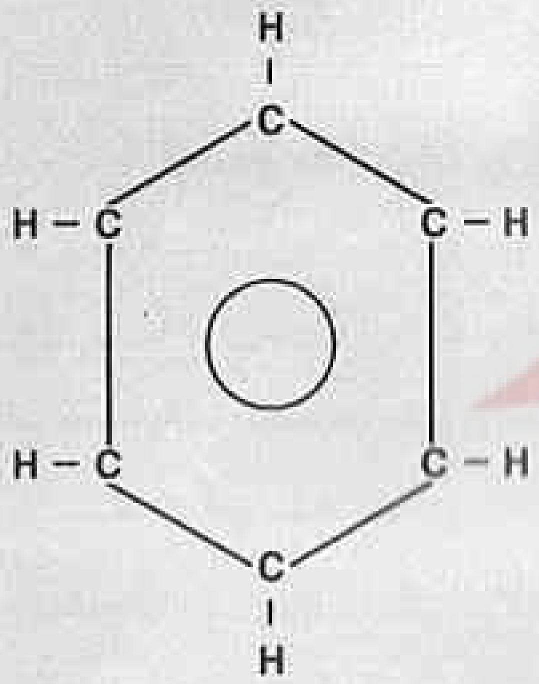
بھی خواب میں ہی تخلیق ہوا۔ ادب ہو شاعری ہو قصائد ہوں یا کوئی محیر العقل کارنامہ ہو تاریخ میں ایسی مثالیں موجود ہیں کہ پہلے ان کا مظاہرہ خواب میں ہوا اور پھر عملی مظاہرہ دنیا میں ہوا۔

نامیاتی کیمیا میں کاربن کمپاؤنڈز کی ساخت بہت عرصے تک سائنس دانوں کے لئے معمہ بنی رہی۔ سائنس دان کاربن کمپاؤنڈز کی جو بھی ساخت تجویز کرتے تھے اس پر اتنے سوالات اٹھتے تھے کہ اس ساخت کو رد کر کے دوسری ساخت پر غور و فکر شروع ہو جاتا تھا۔ کیمیا دان کیکول (Kekule) بھی کاربن کمپاؤنڈ کی ساخت پر کام کر رہا تھا اس کا ذہن مسلسل اس کی ساخت دریافت کرنے میں مصروف تھا۔ ایک رات اسی غور و فکر میں اسے نیند آگئی۔ خواب میں اس نے دیکھا کہ چھ عدد سانپ ہیں اور انہوں نے ایک دوسری کی دم منہ میں پکڑی ہوئی ہے۔



خواب میں دیکھی ہوئی شکل

اس شکل کو دیکھ کر کیکول کے ذہن میں Benzene (نامیاتی کمپاؤنڈ) کا خیال آیا۔ بیدار ہونے کے بعد اس نے خواب میں دیکھی ہوئی شکل پر کام شروع کیا اور ثابت کر دیا کہ Benzene کی ساخت وہی ہے جو اس نے خواب میں دیکھی تھی۔ اس طرح نامیاتی کیمیا کا یہ لاینحل معمہ حل ہو گیا۔



Benzene C_6H_6
(نامیاتی کمپاؤنڈ) کی ساخت

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

امراض کی تشخیص

بیماری کی وجوہات

جسم کا اپنا ایک نظام ہے اور ہر نظام میں الگ الگ مدافعاتی نظام موجود ہے۔ اگر جسم کے اندر کوئی خرابی ہوجاتی ہے تو مدافعاتی نظام مزاحمت کرتا ہے۔ مدافعاتی قوت دو طرح کام کرتی ہے۔

۱۔ کسی کے تعاون کے ساتھ

۲۔ براہ راست

امراض سے شفایابی کے لئے بہت سارے علاج ہیں۔ مثلاً جھنجھناہٹ یا وائبریشن (Vibration) سے علاج سورج کی شعاعوں سے علاج روشنی سے علاج پانی سے علاج رنگوں سے علاج باتوں سے علاج مفرد جڑی بوٹیوں سے علاج ایکوپنکچر سے علاج ایورویدک علاج یونانی علاج ایلوپیتھی علاج ہومیوپیتھی علاج لمس مالش (Physiotherapy) سے علاج خوشبوؤں سے علاج روحانی علاج۔

ان علاجوں میں سے ایک علاج یہ ہے کہ جسم کے مخصوص حصوں پر

ایسی ضرب لگائی جائے جس سے جسمانی نظام میں جھنجھناہٹ پیدا ہو۔ یہ بالکل ابتدائی زمانہ کا طریقہ ہے اور Uncivilized لوگوں میں ابھی تک یہ طریقہ رائج ہے۔ مریض کو زمین سے تقریباً ۳ فٹ اونچے تختے پر پتھر یا بانسوں سے بنائی ہوئی چارپائی پر سیدھا لٹا دیا جاتا ہے۔ دونوں پیر کو ملا کر موٹے دھاگے سے انگوٹھے باندھ دیئے جاتے ہیں۔ معالج اپنے دونوں ہاتھ جوڑ کر پیروں کے تلووں پر ضرب لگاتا ہے۔ ان کا یقین ہے کہ پیروں میں جسمانی نظام کے تمام پوائنٹس (Points) موجود ہیں۔ یہ پوائنٹس چین کے ایکوپنکچر (Accupuncture) علاج میں بھی موجود ہیں لیکن ان کا طریقہ ضرب کے بجائے سوئی چبھونے کا ہے۔ یہی طریقہ ریفلیکسالوجی (Reflexology) میں بھی رائج ہے۔ اس طریقہ علاج کے ماہر بھی پوائنٹس دبا کر علاج کرتے ہیں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

کسی پائپ میں پانی یا کوئی چیز رک جائے۔ پانی رکنے کی کئی وجوہات ہیں۔ پانی جم جائے پانی میں پائپ کے سوراخ کی نسبت سے بہنے کی صلاحیت کم ہو جائے پانی کا گاڑھا اور غلیظ ہوجائے پائپ کو صاف کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ پائپ میں پیچھے سے پریشر ڈالا جاتا ہے۔ پریشر ہوا کے ذریعہ ہو حرارت کے ذریعہ ہو یا ضرب کے ذریعہ ہو یا کسی بھی طرح ہو۔ پریشر کے ذریعہ پائپ کھل جاتا ہے۔ اگر پائپ میں پانی کا بہاؤ اپنی اصلی حالت میں آجائے تو اس کا مطلب ہے کہ پائپ بیمار نہیں ہے۔ پائپ میں Leakage ہوجائے تو بہاؤ برقرار رکھنے کے

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

لئے سوراخ بند کر دیا جاتا ہے۔ کوئی چیز لیپ کر دی جاتی ہے۔ لپیٹ دی جاتی ہے یا پائپ کو سی دیا جاتا ہے۔ ایک پائپ پر پورے جسمانی نظام کو قیاس کیا جا سکتا ہے۔

طریقہ علاج کوئی بھی ہو یونانی طب ہو ایکوپنکچر ہو ایلوپیتھی ہو یا Reflexology ہو لیکن ایک بات زیادہ اہم ہے جو ہر معالج کو یاد رکھنی چاہئے کہ پانی کا اپنا رنگ ہے پائپ کا الگ رنگ ہے پائپ میں پانی کا بہاؤ صحیح نہ رہے تو پانی سڑ جاتا ہے رنگ تبدیل ہوجاتا ہے اور پانی میں زہریلے مادے پیدا ہوجاتے ہیں۔ پائپ میں اگر خرابی ہوگی تو رنگ تبدیل ہوجائے گا۔ پانی کا بہاؤ رکے گا تب بھی رنگ تبدیل ہوجائے گا پانی میں لیس یا چپچپاہٹ پیدا ہوجائے اس وقت بھی رنگ تبدیل ہوجائے گا۔ پانی میں اگر جراثیم مرنے لگیں یا نشوونما زیادہ ہوجائے تب بھی رنگ میں تبدیلی واقع ہوجائے گی۔ اس کا مطلب یہ ہوا کہ اگر پانی کا رنگ صحیح ہے تو آدمی صحت مند ہے اور پانی کے رنگ میں تبدیلی بیماری ہے۔ چاہے پانی گاڑھا ہو پتلا ہو اس میں سڑاند ہوجائے یا کڑوا ہوجائے گاڑھا یا سرخی مائل ہوجائے۔

مثال

پانی جب اپنی اصل سے پتلا ہوجائے انیمیا یا لوبلڈ پریشر ہے۔ پانی گاڑھا ہوجائے یا اس میں معمول سے زیادہ گرمی ہوجائے تو ہائی بلڈ پریشر ہے۔ پانی کڑوا ہوجائے تو صفرا بن جائے گا۔ پانی میں اگر ایسی خلط پیدا ہوجائے جو جلی

ہوئی ہو تو وہ بیماریاں پیدا ہوجائیں گی جو سوداویت سے تعلق رکھتی ہیں۔ مثلاً تلی کا خراب ہوجانا (Thalassemia)۔ اگر پانی میں لیس پیدا ہوجائے تو بلغمی امراض پیدا ہوجائیں گے۔ پانی میں اگر ایسے ذرات شامل ہوجائیں جو پانی کے سفید ذرات پر غلبہ حاصل کرلیں اور پانی کے سفید خلیے (White Blood Cells) ان کی غذا بننے لگیں تو کینسر بن جائے گا۔

عرض یہ کرنا ہے کہ صحت ہو یا بیماری اس میں بہرحال رنگوں کی کمی و بیشی کا عمل دخل ہے۔ ہم جب جڑی بوٹیوں سے علاج کرتے ہیں تو دراصل ان جڑی بوٹیوں سے جسم میں غالب رنگ کو معتدل کرتے ہیں۔ لاکھوں جڑی بوٹیوں میں کوئی ایک بوٹی یا جڑ ایسی نہیں ہے جو بے رنگ ہو۔ ہم دراصل دواؤں کے ذریعہ مریض کے جسم میں رنگ منتقل کرتے ہیں۔ کھانے پینے میں اگر اعتدال نہ رہے تب بھی بیماریاں پیدا ہوتی ہیں۔ سبزیاں اور ترکاریاں کھانے سے جسم زیادہ دیر اچھا رہتا ہے۔ اعتدال سے زیادہ گوشت اور انڈے کھانے سے جسم بیمار ہوجاتا ہے۔ ترکاریاں کھانے سے صحت اس لئے اچھی رہتی ہے کہ جسم میں سبز رنگ منتقل ہوتا ہے۔ اعتدال سے زیادہ گوشت کھانے سے طبیعت میں تکدر تساہل بوجھ غصہ اور درندہ پن اس لئے پیدا ہوتا ہے کہ گوشت میں سرخ اور گلابی رنگ غالب ہے جب کہ سرخ رنگ اعتدال میں استعمال کرنا محرک ہے۔ معالج حضرات اور سائنس دان ایک میز پر بیٹھ کر رنگ کے بارے میں غور و فکر کریں تو کسی بھی طرح رنگ کی افادیت اور

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

نقصانات سے انکار ممکن نہیں ہے۔ اس لئے کہ ہر معالج اور سائنس دان رنگوں کا مرکب ہے۔

چھ ارب انسانوں میں ایک بھی انسان رنگوں کے مرکب کے علاوہ کچھ نہیں۔ انسان جس ماحول میں رہتا ہے وہاں بھی رنگوں کے علاوہ کچھ نہیں ہے۔

۱- سورج کے سات رنگ
۲- اندھیرے کا رنگ
۳- پھولوں کا رنگ
۴- پانی کا رنگ
۵- آکسیجن کا رنگ
۶- چاند کی چاندنی
۷- ستاروں کا رنگ
۸- کہکشاؤں کا رنگ
۹- بادل کا رنگ
۱۰- قوس و قزح کا رنگ
۱۱- پھول پودوں کا رنگ
۱۲- درختوں کا رنگ
۱۳- زمین کا رنگ

۱۴- ہوا کا رنگ
۱۵- لباس کا رنگ
۱۶- دیواروں کا رنگ
۱۷- کھڑکیوں میں پردوں کا رنگ
۱۸- غذاؤں کا رنگ

ہر انسان چاہے وہ جاہل ہو کم لکھا پڑھا ہو زیادہ پڑھا لکھا ہو ڈاکٹر ہو Ph.D ہو کسان ہو شاعر ہو ادیب ہو مورخ ہو فنکار ہو مرد ہو عورت ہو یا سائنس دان ہو رنگوں کی دنیا میں زندہ رہتا ہے اور جب رنگ اس کا ساتھ چھوڑ دیتے ہیں تو مرجاتا ہے۔

ہمارا کھانا پینا رہن سہن لباس خزاں کا موسم بہار کا موسم سب رنگین ہیں۔

جسمانی صحت اور بیماری کا نظام رنگوں پر قائم ہے۔ زمین پر موجود تمام سسٹم رنگین سسٹم ہے۔ جب کوئی چیز بے رنگ نہیں تو یہ تلاش کرنا ضروری ہو گیا کہ کون سے رنگوں کی کمی بیشی سے امراض پیدا ہوتے ہیں اور رنگوں کے اعتدال سے جسمانی صحت کس طرح برقرار رہتی ہے۔ ہم جب Uncivilized لوگوں کے علاج کا تذکرہ کرتے ہیں تو ہمارے طریقہ علاج میں تبدیلی تو ہے لیکن بنیاد میں کوئی فرق نہیں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

مثال

جھنجھناہٹ (Vibration) سے علاج:

جب ہم مریض کو دوا دیتے ہیں تو اس میں کوئی نہ کوئی رنگ ہوتا ہے۔

۱- جب دوا معدے میں جاتی ہے تو وہاں ایک اثر چھوڑتی ہے اور وہ تاثر جھنجھناہٹ (Vibration) ہے۔

۲- اس ہی طرح انجکشن لگاتے وقت جیسے ہی سوئی جسم کے اندر داخل ہوتی ہے Vibration ہوتی ہے۔

۳- سرجن جب آپریشن کرتا ہے تب بھی Vibration ہونا ضروری ہے۔

۴- Anesthetist مریض کو کلوروفارم سنگھاتا ہے۔ اس کا مطلب بھی یہی ہے کہ دواؤں کے پریشر یا تاثرات سے عارضی طور پر شعور کو معطل کر دیا گیا ہے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

انسانی جسم خلاء کے علاوہ کچھ نہیں ہے۔ خلاء سے مراد سوراخ ہیں۔

انسان کے اندر سے اگر سوراخ نکال دیئے جائیں تو جسم ختم ہو جائے گا۔

۱- آنکھوں کے سوراخ

۲- ناک کے سوراخ

۳- حلق کے سوراخ

۴- بول و براز کے سوراخ

۵- انسان کے اندر آنتوں کے سوراخ اور کھال میں سوراخ

سوراخ نہیں ہوں گے تو پسینہ نہیں آئے گا ہوا اندر جائے گی نہ باہر آئے گی۔ جب ان سوراخوں میں بے اعتدالی پیدا ہو جاتی ہے تو وہ جگہ سوج جاتی ہے جسم پھولنا شروع ہو جاتا ہے۔ جسم کے اندر رنگ اور روشنی سے مرکب ایک برقی رو دوڑتی رہتی ہے جو جسمانی نظام کو بحال رکھتی ہے۔ جس کو ہم سمجھنے کے لئے کرنٹ کہہ سکتے ہیں۔

جسمانی نظام میں اگر کرنٹ رک جائے تو سوراخ یا اس کا اسفنجی سسٹم غیر متوازن ہو جاتا ہے جس کے نتیجے میں جسم پر ورم آجاتا ہے۔

جوڑوں اور اعضاء میں الیکٹریکل امپلس (Electrical Impulse) گھوم کر دائروں کی شکل میں چلتے ہیں۔ دائروں میں گھومنے کی وجہ سے جوڑوں میں خلاء رہتا ہے۔ ساتھ ساتھ اس عمل سے جوڑوں میں چکنائی پیدا ہوتی ہے۔ اگر Electrical Impulse کی حرکت میں اعتدال نہ رہے تو جوڑوں پر ورم آجاتا ہے اور جوڑ آپس میں جڑ جاتے ہیں۔

لطیف اور کثیف وجود

انسان صرف مادی جسم کا نام نہیں ہے اس کے اوپر ایک اور لطیف جسم ہے۔ ہماری تخلیق لطیف اور کثیف دو جسموں سے ہوئی ہے۔ تمام حرکات اور افعال لطیف جسم کے تابع ہیں۔ ماہرین نے معالجین کی استعداد میں اضافہ کرنے کے لئے جسم کے مختلف مقامات متعین کئے ہیں۔ یہ مقامات ان

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

حضرات کے مشاہدہ میں آجاتے ہیں جو لطیف جسم کو دیکھ لیتے ہیں۔ لطیف جسم سے مختلف روشنیاں پھوٹتی رہتی ہیں جن کا رنگ قوس و قزح کے رنگوں کی طرح ہوتا ہے۔

معالج جب مریض کو دیکھتا ہے تو اسے معلوم ہوجاتا ہے کہ مریض کے اندر کس رنگ کی کمی یا زیادتی ہوگئی ہے۔ وہ جان لیتا ہے کہ مرض جذبات و احساسات میں عدم توازن کی وجہ سے ہے یا بیرونی اثرات (جراثیم وغیرہ) کی وجہ سے ہے۔

پیچیدہ تصورات منفی احساسات غیر پاکیزہ خیالات اور تخریبی اعمال و حرکات سے روشنیوں کے جسم میں دھبے پڑ جاتے ہیں۔ بعد میں یہ دھبے مادی جسم میں زخم بن جاتے ہیں اور ان میں سڑاند پیدا ہوجاتی ہے۔ نتیجے میں جسم میں جراثیم یا Foreign Body داخل ہوجاتے ہیں۔

رنگوں میں کمی و بیشی معلوم کرنے کا طریقہ

مرض کی تشخیص اور علاج تجویز کرنے کے لئے ضروری ہے کہ مریض کی جسمانی اور جذباتی سطح کو پوری طرح سمجھا جائے۔ مرض کی تشخیص کے لئے معلوم ہونا چاہئے کہ جسم میں کس رنگ کی کمی واقع ہوگئی ہے تاکہ ضروری رنگ کے استعمال سے اس مرض کو رفع کیا جاسکے۔ مریض کی عادات مزاج عمل اور رد عمل کا علم ہونا بھی ضروری ہے۔

سرخ رنگ کی کمی واقع ہوجانے سے مریض ست کاہل کمزور اور سویا سویا سا رہتا ہے۔ قبض کی شکایت بھی ہوجاتی ہے۔ برخلاف اس کے جس شخص کے اندر نیلے رنگ کی کمی واقع ہوجائے وہ اضطراری کیفیت سے دوچار رہتا ہے۔ بات بات پر غصہ کرتا ہے اور ہر کام میں جلد بازی کا مظاہرہ کرتا ہے۔

جسم میں رنگوں کی کمی بیشی کا اندازہ لگانے کا ایک طریقہ یہ بھی ہے کہ مریض کی آنکھوں کے ڈیلوں Eye Balls ناخنوں اور جلد کے رنگ کا بغور مطالعہ کیا جائے۔ مثلاً اگر کسی مریض کو سرخ رنگ کی ضرورت ہے تو اس کی آنکھوں کے ڈیلے اور ناخن نیلاہٹ مائل ہوں گے جلد کا رنگ بے رونق ہو کا آنکھوں کے نیچے حلقے ہوں گے جب کہ جسم میں نیلی روشنی کی کمی کا اظہار آنکھوں کے ڈیلوں میں سرخی ناخنوں میں تیز سرخی اور جلد میں سرخی سے ہوگا۔

اگر جسم میں سرخی یک لخت اور بے تحاشا بڑھ جائے جیسا کہ سنگ گزیدگی میں ہوتا ہے تو نیلا رنگ بار بار اور جلد جلد استعمال کرنا چاہئے۔

بعض حالتوں میں ایسا لگتا ہے کہ کوئی ایک رنگ جسم کے کسی خاص حصہ میں جمع ہوگیا ہے جیسے پھوڑا پھنسی آشوب چشم درد سر اور فالج وغیرہ لیکن درحقیقت وہ رنگ پورے جسم پر غالب ہوتا ہے۔ جسم کا قدرتی نظام مدافعت اس کو کسی عضو یا حصہ پر ظاہر کرکے ہماری توجہ اس زیادتی کی طرف مبذول

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

کراتا ہے۔ ایسی صورت میں معالج کو چاہئے کہ یکسوئی کے ساتھ غوروفکر کرے کہ مریض کو کس رنگ کی ضرورت ہے۔

آنکھوں کا رنگ کبھی کبھی دھوکہ بھی دے دیتا ہے۔ جیسے آنکھوں کے سرخ ہونے میں سرخ رنگ کی کمی بھی ہوسکتی ہے لیکن جب بقیہ دو چیزوں کا معائنہ کیا جائے تو صحیح صورتحال سامنے آجائے گی۔ آنکھوں کا رنگ مختلف ہوتا ہے۔ گرم ممالک کے لوگوں میں سیاہ ہوتا ہے۔ سفید فام اقوام میں ہلکا یا نیلا ہوتا ہے۔ چنانچہ اکٹھی تین چیزیں ہی صحیح صورت حال کے تعین میں رہنمائی کریں گی۔ کبھی کبھی ناخنوں میں باریک یا موٹی عمودی لکیریں ہوتی ہیں جس سے ظاہر ہوتا ہے کہ بلغم زیادہ بن رہا ہے۔ ناخن کالے ہونے کا یہ مطلب ہوتا ہے کہ خون میں سوداویت بڑھ گئی ہے۔

جسم میں اگر کسی ایک رنگ کی زیادتی ہوئی ہو تو اس رنگ کو متوازن کرنے کے لئے ایسا رنگ استعمال کرنا چاہئے جو اس رنگ کی زیادتی کو معتدل کردے۔ ایسے رنگ کی پہچان کیسے ہو؟ کون سا رنگ کس رنگ کو معتدل کرے گا؟

ان سوالات کے جوابات الہامی کتابوں میں موجود ہیں۔

"اور ہم نے ہر چیز کو دو رخوں پر پیدا کیا"۔ (قرآن)

اللہ تعالیٰ کا یہ ارشاد کہ ہم نے ہر چیز کو دو رخوں پر پیدا کیا ہے کا مطلب یہ ہے کہ کائنات کی ہر چیز کی تخلیق میں دو رخ کارفرما ہیں۔ مثلاً دن رات مرد

عورت خوشی غم روشنی اندھیرا سردی گرمی بہار خزاں سونا جاگنا غرضیکہ ہر تخلیق اس قانون کی پابند ہے۔ ان دو رخوں میں کبھی ایک رخ غالب ہوتا ہے اور دوسرا مغلوب اور کبھی دوسرا غالب اور پہلا مغلوب ہوتا ہے۔ رنگ اللہ کی تخلیق ہیں اور وہ بھی اسی قانون کے پابند ہیں۔

جس رنگ کو ہماری آنکھ دیکھتی ہے وہ رنگ کا غالب رخ ہوتا ہے۔

رنگ کا دوسرا رخ غالب رخ کے پس پردہ ہوتا ہے۔ مغلوب رخ کی خاصیت یہ ہے کہ وہ غالب رخ کے اثرات کو معتدل کردیتا ہے اسی طرح غالب رخ کی خاصیت یہ ہے کہ وہ مغلوب رخ کے اثرات کو معتدل کردیتا ہے۔

کسی رنگ کے مغلوب رخ کو دیکھنے کا طریقہ یہ ہے کہ اس رنگ کو تھوڑی دیر کے لئے نظر جما کر دیکھیں اور پھر فوراً" کسی سفید یا خاکستری سطح کو دیکھیں۔ اس سطح پر مغلوب رخ نظر آجاتا ہے۔

رنگ کے غالب اور مغلوب رخ چونکہ ایک دوسرے کے اثرات کو معتدل بناتے ہیں اس لئے دونوں رخ ایک دوسرے کے معاون رنگ کہلاتے ہیں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

طریقہ علاج

رنگ اور روشنی سے علاج کے لئے الگ الگ رنگ معین ہیں۔ سر گردن اور چہرے کے لئے نیلا رنگ سینے کے امراض کے لئے نارنجی رنگ معدے کے امراض کے لئے زرد رنگ جنسی اعضاء اور جنسی امراض کے لئے جامنی رنگ۔ معالج اپنے تجربہ اور صوابدید سے ان رنگوں میں دوسرے رنگ شامل کر کے امراض کا علاج کرتا ہے۔

اصول

جب ایک یا ایک سے زائد مراکز میں رنگوں کی معین مقداروں کا تناسب بگڑ جاتا ہے تو نئے نئے امراض پیدا ہو جاتے ہیں۔ رنگ کی مقدار متوازن ہو جائے تو مرض کا علاج آسان ہو جاتا ہے۔ رنگوں کی کمی پورا کرنے یا زیادتی کو ختم کرنے کے لئے سورج کی شعاعوں اور روشنی سے مدد لی جاتی ہے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

رنگوں سے علاج کا طریقہ

رنگ اور روشنی کے علاج سے معمولی سمجھ بوجھ کا آدمی بھی فائدہ اٹھا

سکتا ہے۔ اس علاج میں وقت کم لگتا ہے اور خرچ بھی کچھ نہیں ہوتا۔ رنگ اور روشنی سے علاج مندرجہ ذیل طریقوں سے کیا جاتا ہے۔

۱۔ جسم کے زیادہ سے زیادہ حصوں کو تھوڑی دیر کے بعد دھوپ میں رکھا جائے۔ سورج کی روشنی کے طیف میں چونکہ تمام رنگ پائے جاتے ہیں اس لئے جسم کو جس ایک یا ایک سے زیادہ رنگ کی ضرورت ہوتی ہے، جسم اس کو جذب کر لیتا ہے۔ امراض کا علاج دراصل سورج کے رنگ ہیں حدت اضافی چیز ہے۔

۲۔ جس رنگ کی ضرورت ہو اس رنگ کی بوتل بازار سے خرید کر پہلے اسے ٹھنڈے پانی سے اور پھر گرم پانی سے خوب اچھی طرح صاف کر لینا چاہئے تاکہ بوتل کی اندر کی سطح میں کسی قسم کا میل باقی نہ رہے۔ اگر بوتل کے اوپر کوئی لیبل یا کاغذ وغیرہ لگا ہوا ہے تو اسے بھی دھو دینا چاہئے۔ صاف شدہ بوتل یا شیشی میں آب مقطر (Distilled Water) بھر دیں۔ پانی بھرتے وقت یہ خیال رکھیں کہ بوتل یا شیشی کے اوپر کا ایک چوتھائی حصہ خالی رہے۔ اس بوتل یا شیشی کو لکڑی یا لکڑی کی چوکی پر ایسی جگہ رکھیں جہاں صاف اور کھلی دھوپ ہو۔ مطلوبہ رنگ کی بوتل یا شیشی فراہم نہ ہو سکے تو صاف کچے شیشے کی سفید بوتل پر مطلوبہ رنگ کا ٹرانسپیرنٹ کاغذ (Celophene Paper) اس طرح چپکا دیا جائے کہ بوتل اوپر نیچے

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

اور اطراف سے کاغذ کے اندر آجائے۔ کاغذ دستیاب نہ ہو تو مطلوبہ رنگ کی ٹرانسپیرنٹ پلاسٹک شیٹ سے بھی کام لیا جاسکتا ہے۔

(i) بوتل کو چار یا چھ گھنٹے تک دھوپ میں رکھا جائے۔ پانی تیار کرنے کا بہترین وقت دن میں دس گیارہ بجے سے چار بجے تک ہے۔ بوتل کے خالی حصے پر بھاپ کی طرح بوندیں جمع ہوجائیں تو پانی تیار ہونے کی علامت ہے۔

(ii) ایک بوتل کو دوسری بوتل کے قریب اس طرح نہ رکھیں کہ ایک بوتل کا سایہ دوسری بوتل پر پڑے۔

جس مقام پر بوتلیں رکھی جائیں وہاں کی فضاء گردو غبار اور دھوئیں سے پاک ہونی چاہئے۔ بوتلوں کے اوپر کارک مضبوطی سے لگا رہنا چاہئے۔

۳۔ برسات کے دنوں میں سورج کبھی نکلتا ہے اور کبھی مطلع ابر آلود ہوتا ہے۔ ایسی صورت میں یہ طریقہ اختیار کیا جائے کہ جس رنگ کی ضرورت ہو اسی رنگ کی بوتل میں شوگر آف ملک کی دو گرین کی گولیاں بھر کر ایک ماہ تک روزانہ چھ گھنٹے دھوپ میں رکھیں۔ بوقت شب' بوتل یا مختلف رنگ کی بوتلیں مطلوبہ رنگ کی روشنی میں رکھ دیں۔ ہر دوسرے روز بوتل کو اچھی طرح ہلاتے رہیں۔ گرمیوں میں چونکہ سورج کی کرنیں تیز ہوتی ہیں اور جلدی جذب ہوجاتی ہیں اس

لئے پندرہ روز میں دوا تیار ہوجاتی ہے۔

۴۔ پروجیکٹر پر مختلف رنگین شیشے لگا کر رنگین شعاعوں سے علاج کیا جاسکتا ہے اور دوائیں بھی تیار کی جاسکتی ہیں۔

۵۔ کمروں کی کھڑکیوں یا دروازوں میں مختلف رنگوں کے شیشے ایسی سمت میں لگائے جائیں جہاں سے براہ راست صبح و شام دھوپ آتی ہے۔ بوقت ضرورت ایک شیشہ پر سے پردہ ہٹا دیا جائے یا معالج کی ہدایت پر ایک سے زیادہ پردے ہٹا دیئے جائیں۔ شیشوں پر سے پردہ اس طرح ہٹایا جائے کہ مریض پر مطلوبہ روشنی پڑتی رہے۔ مریض کو آرام دہ کاؤچ (Couch) پر لٹا دیا جائے یا کرسی پر بٹھا کر روشنی ڈالی جائے۔ روشنی ڈالنے سے پہلے وقت کا تعین کرنا ضروری ہے کہ روشنی کتنے وقت کے لئے ڈالنی ہے۔

۶۔ ڈیڑھ فٹ کا ایک بکس بنوالیا جائے جس میں چاروں طرف اس طرح کے خانے بنائے جائیں کہ ان میں حسب منشاء جس رنگ کا چاہیں شیشہ لگا دیں۔ بکس کی زمین لکڑی کی ہو۔ البتہ چھت پر ریفلیکشن (Reflection) والی دھات لگائی جائے۔ بکس کے اندر ۱۰۰ واٹ کا بلب لگا دیں۔ اب تین طرف کے خانے بند کر کے چوتھے خانے میں مطلوبہ رنگ کا شیشہ لگا کر علاج کریں۔

۷۔ رنگ اور روشنی سے علاج میں رنگین تیل کا استعمال بہت مفید ثابت

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ہوا ہے۔ تیل بنانے کا طریقہ یہ ہے کہ مختلف رنگوں کی بوتلوں میں کچی گھانی کا خالص السی کا تیل بھر کر چالیس دن تک دھوپ میں رکھیں۔ اگر اس عرصہ میں بارش آجائے یا بادل چھا جائیں تو اتنے ہی دنوں کا اضافہ کرکے مزید دھوپ میں رکھیں۔

سر میں مالش کرنے کے لئے آسمانی رنگ کی بوتل میں تلوں کا تیل تیار کیا جائے۔ یہ تیل ایسے مریضوں کے لئے مفید ہے جن کے دماغ پر گرمی چڑھ گئی ہو۔ مریض کبھی ہوش میں اور کبھی بے ہوش ہو جاتا ہو۔ مریض بے سروپا باتیں کرتا ہو۔ اسے کوئی سایہ نظر آتا ہو۔ کانوں میں آوازیں آتی ہوں۔ آنکھوں کے سامنے نادیدہ مناظر آتے ہوں۔ آنکھوں میں چمک یا چنگاریاں محسوس ہوتی ہوں۔

۸۔ شیشے کے رنگین جار میں (Distiled Water) کے ایمپیول دو سو گھنٹوں میں تیار ہوجاتے ہیں۔ ایمپیول کی تیاری کے دوران بادل آجائیں تو مزید اتنے ہی گھنٹے دھوپ میں رکھیں اور معالج کی ہدایت پر جس رنگ کی ضرورت ہو استعمال کریں۔

نوٹ: ایمپیول کا علاج کسی ہوشیار اور مستند معالج کے مشورے کے بغیر نہ کیا جائے۔

۹۔ آنکھوں کی بیماریوں آنکھ کی دکھن اور ان آنکھوں کے لئے جو آپریشن کے بعد خراب ہوگئی ہوں ہلکے آسمانی رنگ شیشے کی عینک لگانے سے

بہترین نتائج سامنے آئے ہیں۔

نوٹ: آسمانی رنگ گلاس کی عینک دن میں نو یا دس بجے سے شام چار یا پانچ بجے تک لگانی چاہئے۔ زیادہ بہتر یہ ہے کہ دو تین گھنٹے کا وقفہ گزرنے پر عینک اتار دی جائے اور پندرہ بیس منٹ کے بعد دوبارہ لگائی جائے۔

۱۰۔ فالج لقوہ یا اس قبیل کے دیگر امراض جن میں مالش یا ٹکور عام طور سے فائدہ مند ہوتی ہے ان کے علاج کے لئے ایک کپ نمک اور دو کپ بھوسی رنگین تھیلیوں میں بھر کر دھوپ میں اتنی دیر رکھیں کہ نیم گرم ہوجائیں۔ ان تھیلیوں سے ٹکور کریں۔

۱۱۔ رنگین خوشبودار پنکھا:

دو سوت موٹی لکڑی کا فریم بنوایا جائے جس میں ایک طرف دستہ ہو۔ اس کے اوپر مکمل رنگین کپڑا اس طرح لپیٹ دیا جائے کہ کپڑے کے درمیان میں مختلف رنگ کے خوشبودار پھولوں کی پتیاں بھر دی جائیں۔ اس رنگین خوشبودار پنکھے کو اس طرح چہرے کے سامنے رکھا جائے کہ سورج کی روشنی اس میں سے چھن کر چہرے پر پڑتی رہے۔

نوٹ: رنگ اور روشنی سے علاج کے اور بھی طریقے ہیں جن پر تحقیق ہو رہی ہے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

نظام ہضم، جگر اور لبلبہ کی بیماریاں

معدہ کا زخم

اسباب

اس مرض میں معدہ کی اندرونی دو تہوں میں زخم ہو جاتے ہیں۔ اس کی وجہ تیزابیت کی زیادتی یا چکنی رطوبت (Mucus) کی کمی ہوتی ہے۔ سگریٹ کافی چائے مصالحہ دار چیزوں اور مرچوں کے زیادہ استعمال سے بھی تیزابیت بڑھ جاتی ہے۔

علامات

معدہ کے زخم کے مریض عام طور پر معالج سے اس وقت رجوع کرتے ہیں جب پیٹ کے اوپری حصے میں درد ہوتا ہے۔ یہ درد عام طور پر کھانا کھانے سے بڑھ جاتا ہے اور وقفے وقفے سے ہوتا ہے۔ درد کے ساتھ ساتھ بھوک میں کمی متلی قے سینے کی جلن اور ریاح کی زیادتی ہو جاتی ہے۔

السر چھوٹی آنت کے پہلے حصے میں بھی ہو جاتا ہے۔ اس کی علامات کم و

بیش معدہ کے السر جیسی ہوتی ہیں۔ فرق یہ ہے کہ اس السر میں دودھ اسنیک وغیرہ کھانے سے درد کم ہو جاتا ہے۔

علاج

۱۔ سبز (Green) رنگ کا پانی صبح و شام

۲۔ زرد (Yellow) رنگ کا پانی کھانے سے پہلے

۳۔ رنگین پانی کی خوراک بڑوں کو ۲ اونس اور بچوں کو ایک اونس دی جائے۔ چھوٹے بچوں کو معالج کے مشورے سے ایک ٹیبل اسپون یا ٹی اسپون رنگین پانی دیا جائے۔

نفخ و قراقر معدہ

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

اسباب

بادی ثقیل اور ٹھنڈی چیزوں کا زیادہ استعمال پانی زیادہ پینا کھانا کھانے کے فوراً بعد سو جانا کھانے کے بعد چہل قدمی نہ کرنا زیادہ دیر بیٹھے رہنا اور کم چلنا پھرنا۔

علامات

پیٹ میں پسلیوں کے نیچے کھچاؤ ہوتا ہے۔ قراقر کی آواز سنائی دیتی ہے۔ کبھی کبھار میٹھا اور کبھی سخت درد ہوتا ہے پیٹ پھول جاتا ہے کھٹی ڈکاریں آتی ہیں اور منہ سے تھوک زیادہ آتا ہے۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

علاج

۱- نارنجی (Orange) رنگ کا پانی صبح و شام

۲- سبز (Green) رنگ کا پانی دونوں وقت کھانے سے پہلے

پیٹ کے کیڑے

اسباب

کچی غذا جو صحیح طرح پکی ہوئی نہ ہو اور سڑی ہوئی چیزوں کے کھانے اور غیر صاف پانی پینے سے پیٹ میں کیڑے ہو جاتے ہیں۔

علامات

پیٹ میں ہلکا ہلکا درد ہوتا ہے اور پیٹ میں نفخ ہوتا ہے۔ بھوک کے وقت کوئی چیز اوپر کو چڑھتی ہوئی معلوم ہوتی ہے۔ منہ سے رال بہتی ہے مریض سوتے میں دانت چباتا ہے ہونٹ خشک ہو جاتے ہیں چکنی چیزوں سے کراہیت ہوتی ہے فاسد غذا دستوں میں نکلتی ہے کبھی پاخانہ کے ساتھ کیڑے خارج ہوتے ہیں کھانا کھانے کے بعد جی متلاتا ہے۔ اگر کیڑے کدو دانے ہوں تو پیٹ میں مروڑ اٹھتا ہے اور سر میں درد ہوتا ہے۔ چہرہ کا رنگ زرد ہوتا ہے۔ بچوں میں اگر یہ شکایت ہو تو بچہ اپنی ناک نوچتا ہے۔ مریض کی مقعد (Anus) کے مقام پر خارش ہوتی ہے اور منہ سے بو آتی ہے۔

علاج

۱- نیلے (Blue) رنگ کا پانی صبح و شام

۲- زرد (Yellow) رنگ کا پانی دوپہر و رات

اسہال

اسباب

امیبا (Amoeba) بیکٹیریا کے زہریلے مادے وائرس اور ایسی خوراک جس سے آوی الرجک ہو ایسی غذا جو صحیح طرح پکی ہوئی نہ ہو سڑی ہوئی ہو یا فریج میں زیادہ مدت تک رکھی گئی ہو اس بیماری کا سبب بنتی ہے۔

علامات

مریض میں مندرجہ ذیل علامات پائی جاتی ہیں۔

دست پیٹ میں درد کمزوری بھوک نہ لگنا متلی اور قے۔ اس کی دو مشہور قسمیں ہیں

۱- ہیضہ

۲- پیچش

پیچش

اسباب

پیچش عام طور پر امیبا (Amoeba) اور کبھی کبھی بیکٹیریا کی وجہ

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

سے ہوتی ہے۔ ایسے مریض جن کو پیچش رہ چکی ہو ان کے پاخانے سے دوسروں تک یہ مرض پھیل سکتا ہے اور ایسی غذا کھانے سے بھی پیچش ہوجاتی ہے جس میں انسانی فضلے کی آمیزش ہو۔

علامات

عام طور پر مختلف مریضوں کو مختلف درجوں کی پیچش ہوتی ہے۔ بعض لوگوں میں علامات ظاہر نہیں ہوتیں بعض میں علامات ظاہر ہوجاتی ہیں۔ پیچش میں آنتوں کے اندر اعصاب متاثر ہوجاتے ہیں۔

(ا) کم درجے کی پیچش۔ اس مرض میں نیم سیال پتلے پاخانے آتے ہیں جس میں چکنی رطوبت (Mucus) موجود ہوتی ہے مگر خون نہیں ہوتا۔ اس کے ساتھ ساتھ پیٹ میں مروڑ حبس ریاح تھکن ہوتی ہے وزن کم ہوجاتا ہے۔ یہ علامات وقفے وقفے سے ہوتی ہیں۔

(۲) زیادہ درجے والی پیچش۔ اس مرض میں بالکل پتلے پاخانے آتے ہیں اور پاخانے کے ساتھ آؤں اور خون آتا ہے اور زیادہ شدت ہونے پر صرف خون آتا ہے۔ بخار (104°F) بھی ہوسکتا ہے۔ اس کے علاوہ پیٹ میں درد اور پاخانہ کرنے میں شدید تکلیف (Tenusmus) ہوتی ہے۔

علاج

۱۔ زرد رنگ کا پانی صبح و شام' شدت کی صورت میں زرد رنگ کا پانی دو دو گھنٹے کے وقفے سے استعمال کریں۔

۲۔ خون آنے کی صورت میں سبز رنگ کا پانی دوپہر اور رات کو استعمال کریں۔

۳۔ مرہم زرد ناف کے اطراف صبح و شام مالش کریں۔

ہیضہ

اسباب

یہ بیماری جراثیم (Vibreo Cholera) کی وجہ سے ہوتی ہے۔ جراثیم سے متاثر غذا اور پانی کے استعمال سے یہ بیماری لگ جاتی ہے۔

علامات

ہیضہ کے مریض کو چاول کے پانی کی طرح پاخانے آتے ہیں جس میں بہت سا سفید دودھیا پانی نکلتا رہتا ہے۔ اسہال میں عام طور پر پاخانے کی مخصوص بدبو نہیں ہوتی اور پیپ اور خون بھی نہیں ہوتا۔ مریض کے جسم میں پانی کی کمی ہوجاتی ہے۔ مثلاً مریض کی جلد اور زبان سوکھ جاتی ہے آنکھیں دھنس جاتی ہیں دل کی دھڑکن تیز ہوجاتی ہے نبض سست چلتی ہے۔

عام طور پر ہیضہ کے دست ۲ سے ۷ دن تک آنے کے بعد خودبخود رک جاتے ہیں لیکن اس ۲ سے ۷ دن میں پانی کی کمی کی وجہ سے موت کا خطرہ لاحق ہوجاتا ہے۔ اس لئے ہیضہ میں سب سے اہم علاج پانی اور نمکیات کی کمی کو دور کرنا ہے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

علاج

۱- ابتداء میں زرد رنگ پانی دو دو گھنٹے کے وقفہ سے اور آخر میں نارنجی رنگ پانی ایک ایک گھنٹہ بعد استعمال کریں۔

۲- سبز رنگ پانی صبح و شام

قبض

اسباب

ثقیل دیر ہضم غذاؤں کے زیادہ استعمال سے یا بعض دفعہ دماغی کاموں کی زیادتی سے اعصاب کمزور ہوجاتے ہیں اور انتڑیوں کی قوت دافعہ ضعیف ہوجاتی ہے۔ غیر صحت مند چکنائیوں کے استعمال نیند کی کمی بہت زیادہ وظائف پڑھنے عام جسمانی کمزوری اور کاہل الوجود کام کاج نہ کرنے والے لوگوں کو قبض ہو جاتا ہے۔

علامات

رفع حاجت کے وقت زیادہ دیر لگتی ہے۔ خشک سیاہی مائل فضلہ مشکل سے خارج ہوتا ہے۔ فضلہ دیر تک آنتوں میں رہنے سے پیٹ میں متعفن ریاح پیدا ہو کر نفخ ہوجاتا ہے۔ طبیعت ست اور حواس کند ہوجاتے ہیں۔ سر میں درد رہتا ہے دل کی دھڑکن تیز ہوجاتی ہے جسم کی رنگت زردی مائل ہوجاتی ہے انگڑائیاں اور جمائیاں بکثرت سے آتی ہیں پنڈلیوں میں درد ہوتا ہے

دماغ بھاری رہتا ہے۔

علاج

۱- زرد رنگ پانی صبح و شام

۲- نارنجی رنگ پانی دوپہر و رات

ذہنی دباؤ کی وجہ سے پیٹ کی خرابی

اسباب

اس بیماری کی کوئی مادی وجہ ابھی تک سامنے نہیں آئی البتہ جس بات پر سب متفق ہیں وہ یہ ہے کہ وہ لوگ جو کسی بھی وجہ سے خاندانی معاملات اور معاشی حالات کے بارے میں پریشان رہتے ہیں غیر ضروری باتیں سوچتے ہیں اور جن لوگوں کو وسوسے زیادہ آتے ہیں بے یقینی ان کے اوپر مسلط ہوجاتی ہے یا کسی وجہ سے ذہنی دباؤ میں رہتے ہیں اس بیماری کا شکار ہوتے ہیں۔

اسٹیٹس (Status) مادیت کا غلبہ ہونے سے اور عدم تحفظ کے احساس کی بنا پر یہ بیماری آج کل عام ہوگئی ہے۔

علامات و شکایات

عام طور سے پیٹ میں درد ہوتا ہے جو کسی کو ایک جگہ، کسی کو دوسری جگہ محسوس ہوتا ہے۔ یہ درد دوروں کی شکل میں ہوتا ہے۔ پاخانہ آنے یا ریاح خارج ہونے پر درد کم یا ختم ہوجاتا ہے غذا کھانے سے بڑھ جاتا ہے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

مریض کو کبھی قبض اور کبھی دست آتے ہیں۔ قبض کی صورت میں کبھی کبھی مریض کو بکری کی مینگنیوں کی طرح پاخانہ آتا ہے اور دستوں کی صورت میں ربن (Ribbon) کی طرح پتلا پاخانہ آتا ہے۔ ریاح زیادہ بنتی ہے اور خارج نہیں ہوتی۔ قراقر ہوتا ہے اور پیٹ پھول جاتا ہے۔ دل کی حرکت تیز ہوجاتی ہے۔

علاج

۱۔ آسمانی رنگ پانی صبح و شام

۲۔ زرد رنگ پانی دوپہر اور رات

۳۔ نارنجی رنگ پانی دن میں ایک بار

ہاضمہ کی خرابی

اسباب

ہاضمہ کی نالی میں کہیں بھی کوئی بیماری ہو وہ اس بیماری کی وجہ ہو سکتی ہے۔

کچھ دوائیں مثلاً اسپرین اور اینٹی بایوٹک دوائیں اور نفسیاتی بیماریاں خصوصاً ڈپریشن اور اعصابی تناؤ سے یہ بیماری لاحق ہوتی ہے۔

علامات

اس مرض میں مریض عام طور پر اوپری پیٹ میں درد سینے میں جلن متلی

قے بھوک کی کمی پیٹ پھولنا کھٹی ڈکاریں آنا اور حبس ریاح کی شکایت کرتے ہیں۔

علاج

۱۔ فیروزی رنگ پانی صبح و شام

۲۔ زرد رنگ پانی دوپہر و رات

ہچکی

اسباب

غلیظ مادی اور چکنی غذاؤں کا زیادہ استعمال کثرت سے ریاح پیدا ہونا صفرا کی زیادتی اور آکسیجن کی زیادتی سے ہچکی آتی ہے۔

علامات

معدہ کے اوپر دباؤ گھٹن اور سوزش محسوس ہوتی ہے۔ پیاس میں شدت ہو جاتی ہے زبان خشک ہوجاتی ہے صفرا کی علامات بھی پائی جاتی ہیں۔ ہاضمہ میں فتور واقع ہوجاتا ہے۔ زیادہ ہچکی آنے سے پیٹ میں درد ہوجاتا ہے۔

علاج

۱۔ آسمانی رنگ پانی صبح و شام

۲۔ زرد رنگ پانی دن میں ایک بار

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

چھوٹی آنت کی سوزش

علامات

چھوٹی آنت میں سوزش اور زخم ہوجاتے ہیں۔ پیٹ کے نچلے حصے میں درد ہوتا ہے یہ درد اسہال اور بخار سے بڑھ جاتا ہے۔ پیٹ دبا کر دیکھنے سے پیٹ کے نچلے حصے میں دائیں طرف ایک رسولی نما چیز محسوس ہوتی ہے۔ اپنڈے سائٹس (Appendicitis) سے ملتی جلتی علامات ہوتی ہیں۔ آنتوں کی سوزش کو زیادہ عرصہ گزر جائے تو مندرجہ ذیل پیچیدگیاں پیدا ہوجاتی ہیں۔

۱۔ آنتوں میں سوراخ بن جاتے ہیں۔
۲۔ آنتیں ایک دوسرے سے چپک کر فضلہ کے اخراج میں رکاوٹ بنتی ہیں۔
۳۔ آنتوں کا بھگندر بھی بن سکتا ہے۔
۴۔ آنتوں کا کینسر ہوسکتا ہے۔

آنتوں کی سوزش میں آنتوں کے علاوہ جسم کے دوسرے حصوں میں مندرجہ ذیل علامات پائی جاتی ہیں۔

۱۔ وزن کی کمی معدنیات کی کمی وٹامنز کی کمی ناخنوں کا مخروط نما ہوجانا۔
۲۔ جسم پر زخم جیسے سرخ نشانات پڑ جاتے ہیں۔
۳۔ آنکھوں کا رنگ لال ہوجاتا ہے آنکھ کی پتلی میں سوزش محسوس ہوتی ہے۔

بڑی آنت کی سوزش

اسباب

ذہنی درماندگی دماغی کشمکش اعصابی کشاکش مستقبل کا خوف احساس کمتری یا احساس برتری میں شدت مصائب و پریشانیاں بڑھنے اور قناعت نہ ہونے سے یہ بیماری بڑھ جاتی ہے۔

علامات

جس طرح چھوٹی آنت میں سوزش و زخم ہوجاتے ہیں بالکل اسی طرح بڑی آنت میں بھی سوزش اور زخم ہوجاتے ہیں۔ لیکن بڑی آنت کی سوزش عام طور پر بڑی آنت تک ہی محدود رہتی ہے۔

مندرجہ ذیل علامات وقفہ وقفہ سے پیدا ہوتی ہیں۔

دستوں میں خون کی آمیزش بخار وزن میں کمی کبھی کبھی پیٹ میں درد نچلے پیٹ میں بائیں طرف پیٹ دبانے سے پیٹ میں دکھن ہوتی ہے۔ رانوں پر گوشت اور پٹھوں کو دبانے سے تکلیف ہوتی ہے۔ پنڈلیوں میں اینٹھن ہوتی ہے۔ مرض پرانا ہونے سے مندرجہ ذیل پیچیدگیاں پیدا ہوجاتی ہیں۔

۱۔ معدنیات کی کمی ہوجاتی ہے۔
۲۔ آنتوں میں سوراخ بن جاتے ہیں۔

اس کے علاوہ جسم میں تقریباً وہی علامات پائی جاتی ہیں جو چھوٹی آنت کی سوزش میں پائی جاتی ہیں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

علاج

۱- نیلا رنگ پانی صبح و شام کھانے کے بعد

۲- زیتونی رنگ پانی صبح' دوپہر' شام کھانے سے پہلے

۳- زرد رنگ پانی دوپہر' رات

۴- 12 x 9 انچ شیشہ پر نیلا رنگ پینٹ کروا کر صبح و شام کھانے سے پہلے دس دس منٹ دیکھا کریں۔

نوٹ: ایکسرے اور الٹراساؤنڈ کرانے کے بعد اگر بڑی آنت میں رکاوٹ ہو یا اوپری سطح پر پھوڑے کی طرح آنت ایک یا کئی جگہ سے پھول جائے اور غذا (Pass) نہ ہوتی ہو تو فوراً" سرجن سے رجوع کیا جائے۔

خونی بواسیر

اسباب

زیادہ بیٹھے رہنا قبض زیادہ گوشت کھانا تیز مرچ مصالحہ دار غذائیں حبس ریاح۔ وضو قائم رکھنے کے لئے بول و براز اور اخراج ریاح پر غیر فطری کنٹرول کرنے سے بھی خونی یا بادی بواسیر ہوجاتی ہے۔ خواتین میں دوران حمل یہ مرض لاحق ہوسکتا ہے۔

علامات

مقعد کی دیواروں میں موجود وریدوں کا جال کمزور ہو کر پھیل جاتا ہے اور یہ وریدیں مقعد کے ذریعے باہر نکل آتی ہیں اس کو مسے کہتے ہیں۔ ان میں نہایت شدت کا درد اور تکلیف پیدا ہوجاتی ہے۔ خون کی گرمی اور خشکی ان کو پھاڑ دیتی ہے جس کی وجہ سے خون کا ترشح شروع ہوجاتا ہے۔ بسااوقات سخت تکلیف کے باعث مقعد پر ورم بھی ہوجاتا ہے۔ پاخانہ کرتے وقت مسوں اور پھولی ہوئی رگوں پر دباؤ پڑنے سے تکلیف اور درد کے علاوہ خون بہنے لگتا ہے۔ خون کبھی پاخانہ کے ساتھ ملا ہوا آتا ہے اور کبھی قطرہ قطرہ ٹپکتا ہے۔ کسی وقت خون بہت زیادہ خارج ہوجاتا ہے جس کی وجہ سے مریض بے ہوش ہوجاتا ہے۔ درد میں شدت اور سخت تکلیف کے باعث مسے متورم ہو کر مقعد سے باہر نکل آتے ہیں۔ مقعد کے مقام پر بوجھ' خارش اور جلن ہوتی ہے۔ بواسیر کے مسے کبھی اندر ہوتے ہیں۔ ایسی حالت میں دوا لگانے میں تکلیف اور جلن ہوتی ہے اور جب مسے باہر ہوں تو دوا آسانی سے لگائی جاسکتی ہے۔

علاج

۱- زرد رنگ پانی صبح و شام

۲- آسمانی رنگ پانی دن میں دو بار

۳- پندرہ منٹ کے لئے مسوں پر آسمانی رنگ کی روشنی ڈالیں۔ بلب تقریباً 100 W کا ہو اور بلب کا فاصلہ ۴ فٹ کے قریب ہو نیلے رنگ کے پانی

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

میں Bandage کی گدی بھگو کر بار بار مسوں پر رکھیں۔

ریح البواسیر

اسباب

دیکھئے بواسیر کے اسباب

علامات

مریض کو مقعد کی جگہ سے کوئی چیز باہر نکلتی ہوئی محسوس ہوتی ہے لیکن مسوں سے خون نہیں نکلتا جوف شکم میں ریاح بھری ہوئی محسوس ہوتی ہے۔ قبض ہوتا ہے بعض اوقات اعضاء شکنی اور جوڑوں میں درد کی شکایت ہوتی ہے۔ کمر اور رانوں میں بھی درد ہوتا ہے اٹھتے بیٹھتے جوڑ چٹختے ہیں۔ ہاضمہ خراب رہتا ہے بھوک کم لگتی ہے۔ چہرہ پھیکا پھیکا لگتا ہے اور جسم کا رنگ بھی پھیکا پڑ جاتا ہے۔ خارش کی شکایت بھی ہو سکتی ہے۔

علاج

۱- درد کی صورت میں مسوں پر آسمانی رنگ کی گدی رکھیں (آسمانی رنگ کی گدی بنانے کا طریقہ یہ ہے کہ کسی پٹی کو آسمانی رنگ کے پانی سے بھگوئیں)۔

۲- سبز رنگ پانی ناشتہ سے پہلے اور رات سوتے وقت۔

۳- نارنجی رنگ پانی کھانے کے بعد۔

بھگندر

اسباب

یہ ایک ایسا مرض ہے جس میں آنت کے حصوں Rectum اور مقعد (Anus) کی دیوار سے مقعد کے اطراف موجود جلد تک ایک غیر قدرتی راستہ بن جاتا ہے۔ آنتوں کا ورم تپ دق زیادہ گوشت خوری میٹھی چیزوں اور گرم مصالحوں کا زیادہ استعمال اور مزمن پیچش اس مرض کی بنیادی وجوہ ہیں۔

علامات

مقعد کے اطراف سے مسلسل مواد خارج ہوتا رہتا ہے۔ پاخانہ کی جگہ گیلی ہوتی ہے۔ مقعد میں انگلی ڈال کر بھگندر کا اندرونی سرا یا منہ محسوس کیا جا سکتا ہے۔

علاج

۱- سبز رنگ پانی صبح و شام

۲- زرد رنگ پانی دوپہر و رات

۳- نیلے رنگ کی روشنی پندرہ منٹ کے لئے زخم پر دن میں دو بار ڈالیں۔

یرقان

اسباب

یرقان بذات خود بیماری نہیں ہے بلکہ یہ ایک علامت ہے جو جگر کے

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

متاثر ہونے سے ظاہر ہوتی ہے۔ جگر میں بے شمار رنگین لہریں ہر وقت دوڑتی رہتی ہیں۔ یرقان میں پیلے رنگ کے مادے بلیروبن (Billirubine) کی مقدار جسم میں بڑھ جاتی ہے۔ یہ مادہ جگر میں تیار ہوتا ہے اور صفرا کے ذریعہ جسم سے خارج ہوتا رہتا ہے۔

علامات

یہ پیلے رنگ کا مادہ پوری جلد اور آنکھوں کے ڈیلوں میں جمع ہونا شروع ہو جاتا ہے۔ اس لئے زردی پورے جسم میں اور آنکھوں سے ظاہر ہوتی ہے۔ بھوک اڑ جاتی ہے ہاضمہ خراب ہوجاتا ہے متلی اور قے آتی ہے چھوٹے بچوں میں یہ پیلا مادہ دماغ میں داخل ہوجاتا ہے جس کی وجہ سے بچوں کی دماغی نشوونما رک جاتی ہے۔

علاج

۱- سفید رنگ پانی دوپہر و رات کھانے کے بعد

۲- آسمانی رنگ پانی صبح و شام

۳- سبز رنگ پانی دوپہر و رات کھانے سے پہلے

۴- آسمانی رنگ روشنی دن میں ایک بار پندرہ منٹ تک سر پر اور پندرہ منٹ تک پیٹ کے دائیں طرف جگر کے مقام پر ڈالیں۔

۵- اس بیماری میں تین دن مکمل آرام کی ضرورت ہے۔

ورم جگر

اسباب

جگر کے ورم کی کئی وجوہات ہیں۔ اس میں وائرس بیکٹیریا زہریلے مادے دوائیں شراب اور جسم میں ہونے والے کیمیاوی توڑ پھوڑ (Catabolism) کی بیماریاں شامل ہیں۔ موجودہ دور میں اس کی عام وجہ ہیپاٹائٹس (Hepatitis) وائرس ہے۔

علامات

اس وائرس کی وجہ سے ہونے والے ورم مختلف درجات میں مریض پر ظاہر ہوتے ہیں۔ مثلاً حاد (Acute) یا مزمن (Chronic)

(۱) حاد ورم۔ بھوک کی کمی متلی قے تھکن نزلے یا فلو کی سی کیفیات کا ہونا بخار ہونا جگر کا بڑھ جانا جگر میں درد اور یرقان کا ہونا۔ اس مرض میں مریض غیر مخصوص علامات مثلاً بھوک کی کمی متلی اور تھکن کی شکایت کرتا ہے۔ کچھ دن گزر جانے کے بعد پیٹ کے اوپری حصے میں دائیں طرف درد شروع ہوجاتا ہے۔ اس کے بعد یرقان ہوجاتا ہے۔ یرقان شروع ہوتے ہی غیر مخصوص علامات (بھوک کی کمی تھکن قے متلی) میں زیادتی ہوجاتی ہے۔ یہاں تک کہ اس مرض میں پرہیز کے ساتھ علاج میں تقریباً ۹ سے ۱۶ ہفتے لگ جاتے ہیں۔

(۲) مزمن ورم۔ اگر ۶ مہینے یا زیادہ عرصے تک جگر پر ورم رہے تو اس

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

مرض کو مزمن ورم کہتے ہیں۔ ایسی حالت میں جگر بڑھ جاتا ہے۔ پیٹ کے دائیں طرف درد ہوتا ہے اور یرقان ہوجاتا ہے۔

علاج

۱۔ فیروزی رنگ پانی صبح و شام

۲۔ زرد رنگ پانی کھانا کھانے سے آدھا گھنٹہ پہلے

۳۔ سفید رنگ پانی کھانے کے بعد

۴۔ آسمانی رنگ کی روشنی پیٹ کے دائیں طرف جگر کے مقام پر روزانہ پندرہ منٹ تک ڈالیں

زرد شعاعوں کا تیل جگر کی جگہ پیٹ پر مالش کریں۔

۵۔ مالش کے لئے مرہم زرد بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔

جگر کا سکڑ جانا

یہ ایسی بیماری ہے جس میں جگر کی مختلف بیماریوں کی وجہ سے جگر کے اندر ریشے بن جاتے ہیں اور چھوٹی چھوٹی گلٹیاں بن جاتی ہیں اور جگر سخت ہو کر سکڑ جاتا ہے۔ جگر کے افعال میں خرابی پیدا ہوجاتی ہے۔ یہاں تک کہ جگر کی کارکردگی ختم ہوجاتی ہے۔

اسباب

شراب کی زیادتی جگر کا ورم جگر کی چوٹ تیز ناقابل برداشت دوائیں

صفرا کی نالیوں کا سکڑنا۔

علامات

شروع میں جگر بڑھ جاتا ہے اور بعد میں سکڑ کر سخت ہوجاتا ہے۔ اس کے علاوہ مندرجہ ذیل علامات ظاہر ہونا شروع ہوجاتی ہیں۔

یرقان جلد پر لال نشانات مردوں میں پستان کا ابھر آنا خصیوں کا سوکھ جانا جسم پر بالوں کی کمی عضلات کا سوکھ جانا جسم پر ورم اور نیل کے نشانات اور سانس میں ایک مخصوص بو کا شامل ہونا۔ اس کے علاوہ پیٹ میں پانی جمع ہوجاتا ہے تلی بڑھ جاتی ہے۔ عورتوں میں ایام کی بے قاعدگی ایام ختم ہونے اور پستان سوکھ جانے کی شکایت ہوجاتی ہے۔ ان علامات کے علاوہ مریض کو کمزوری تھکن وزن کی کمی اور متلی کی شکایت رہتی ہے۔ عام طور پر اس مرض میں بخار نہیں ہوتا۔ اگر بخار ہو تو کسی انفیکشن کی علامت ہے۔

جگر کا مرض پرانا ہوجائے تو مندرجہ ذیل پیچیدگیاں پیدا ہوجاتی ہیں۔ خون کی الٹیاں آتی ہیں تلی بڑھ جاتی ہے پیٹ میں پانی بھر جاتا ہے (استسقاء)۔ جگر کام کرنا چھوڑ دیتا ہے اور گردے متاثر ہوجاتے ہیں۔

یہ طویل عرصہ تک قائم رہنے والی بیماری ہے۔ میڈیکل سائنس کے مطابق اس کا علاج ممکن نہیں ہے۔ اس مرض میں صرف ۵۰ فیصد لوگ ۲ سال تک زندہ رہتے ہیں۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

علاج

۱- آسمانی رنگ پانی صبح و شام

۲- سبز رنگ پانی صبح و شام کھانے کے بعد

۳- زرد رنگ پانی دوپہر کھانے سے پہلے

۴- نارنجی رنگ پانی شام کھانے سے ایک گھنٹہ پہلے

۵- جگر کے مقام پر آسمانی رنگ کی روشنی پندرہ منٹ تک ڈالیں۔

بیماری کی وجہ سے ہونے والی جنسی پیچیدگیوں کے لئے جامنی تیل کولہوں کے جوڑ پر اینٹی کلاک وائز (Anti Clock Wise) دائروں کی صورت میں پانچ منٹ تک مالش کریں۔

استسقاء اگر ہوگیا ہو تو اس کا علاج کریں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

استسقاء

اسباب و علامات

گردوں کی خرابی دل کی بیماری اور جگر کی بیماری کی وجہ سے پیٹ میں پانی بھر جاتا ہے۔

اس بیماری میں پیٹ پھول جاتا ہے۔ بعض اوقات پانی ایک لیٹر سے بھی زیادہ ہوجاتا ہے۔

علاج

۱- اسباب کے علاج کے ساتھ ساتھ زرد رنگ پانی صبح و شام

۲- سفید رنگ پانی دوپہر و رات

۳- صبح کے وقت مریض کو زرد رنگ کی روشنی میں ۳۰ منٹ رکھا جائے اور رات کو سفید رنگ کی روشنی میں لٹایا جائے۔

۴- مریض کو کھلی دھوپ میں اس طرح لٹایا جائے کہ سورج کی شعاعیں مریض کی پشت پر پڑیں اتنی دیر کہ اچھی طرح سینکائی ہوجائے۔

ذیابیطس

ذیابیطس کا ذکر کرنے سے پہلے ضروری ہے کہ ہم خون میں شکر کی مقدار کو کنٹرول کرنے میں لبلبہ کے کردار کا جائزہ لیں۔

خون میں شکر کی مقدار کو توازن میں رکھنے کے لئے لبلبہ میں دو قسم کے خلیے ہیں۔

۱- الفا خلیے۔ یہ ہارمون (کیمیاوی مادہ) گلوکاگون بناتے ہیں۔

۲- بیٹا خلیے۔ یہ ایک ہارمون انسولین بناتے ہیں۔

الفا اور بیٹا خلیے خون میں موجود شکر کی مقدار کا جائزہ لیتے رہتے ہیں۔ جیسے ہی خون میں شکر کی مقدار 80 mg/dl سے بڑھتی ہے بیٹا خلیے انسولین خارج کرنا شروع کردیتے ہیں۔ انسولین خون میں دور کرتا ہے اور

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

جسم کے تقریباً تمام خلیوں خصوصاً عضلات (Muscles) جگر اور چکنائی کے ذخیروں میں شکر جذب کرنے کا عمل شروع ہو جاتا ہے۔

الفا خلیے خون میں شکر کم ہونے پر گلوکوگان (Glucagon) کا اخراج شروع کر دیتے ہیں۔ گلوکوگان جگر میں موجود شکر کے ذخیرے سے شکر خون میں پہنچا دیتا ہے۔ اس طرح خون میں شکر کی کمی پوری ہو جاتی ہے۔ ان دونوں ہارمونز کے متوازن عمل سے خون میں شکر کی مقدار صحیح رہتی ہے۔ اب ہم ذیابیطس اور اس میں ہونے والی خرابیوں کا تذکرہ کرتے ہیں۔

یہ ایسا مرض ہے جس میں قطعی یا اضافی طور پر انسولین کی کمی ہو جاتی ہے۔ بنیادی ذیابیطس کی دو بڑی قسمیں ہیں۔

ذیابیطس (۱)

ذیابیطس (۲)

ذیابیطس (۱) میں انسولین تقریباً ختم ہو جاتی ہے۔ جس کی وجہ سے خون میں شکر کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔

ذیابیطس (۲) میں انسولین کی کچھ مقدار تو جسم میں رہتی ہے لیکن کئی وجوہات کی بنا پر خلیوں پر اثر انداز نہیں ہوتی۔ جس کی وجہ سے شکر ان خلیوں میں داخل نہیں ہوتی اور اس کی مقدار خون میں بڑھ جاتی ہے۔

علامات

۱۔ رات کے وقت پیشاب زیادہ آتا ہے۔

۲۔ بھوک زیادہ لگتی ہے اور کبھی کھانے کی طرف رغبت کم ہو جاتی ہے۔

۳۔ پیاس زیادہ لگتی ہے۔

۴۔ وزن کم ہو جاتا ہے۔

۵۔ تھوڑا سا کام کرنے سے مریض تھک جاتا ہے۔

۶۔ بینائی متاثر ہوتی ہے۔

ذیابیطس کا مریض طبیب کے پاس تین صورتوں کے ساتھ آتا ہے۔

۱۔ اوپر دی گئی ذیابیطس کی مخصوص علامات کے ساتھ۔

۲۔ بغیر کسی علامت کے (کسی اور وجہ سے مریض کا بلڈ شوگر چیک کرنے پر شوگر کی موجودگی کا پتہ چلتا ہے)۔

۳۔ ذیابیطس کی پیچیدگیاں پیدا ہونے کے بعد۔

مریض کسی بھی صورت میں آئے ذیابیطس کی تشخیص کے لئے مندرجہ ذیل پیمانہ مقرر کیا گیا ہے۔

۱۔ مخصوص علامات کے ساتھ ساتھ مریض کے خون میں شکر کا لیول بڑھنا۔

۲۔ دو تین روز تک صبح نہار منہ وریدی خون میں 140 mg/dl سے زیادہ شکر کا اضافہ ہونا۔

ذیابیطس کی پیچیدگیاں

ذیابیطس کے مرض میں وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ پیچیدگیاں پیدا

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ہوتی رہتی ہیں لیکن اگر انسولین کو کم کرنے والی دواؤں کا مناسب استعمال کیا جائے تو ان پیچیدگیوں کا تدارک ہوجاتا ہے۔

جسم میں تیزابیت یا شکر کی زیادتی سے مریض کوما (Coma) میں چلا جاتا ہے۔

ذیابیطس کا مرض ۵ سال یا اس سے زیادہ عرصہ تک رہنے سے جسم کے مختلف حصوں پر خراب اثرات مرتب ہونا شروع ہوجاتے ہیں اور متاثرہ حصے صحیح طرح کام نہیں کرتے۔ جسم کے مندرجہ ذیل حصے خصوصی طور پر متاثر ہوتے ہیں۔

آنکھ

اندھے پن کی وجوہات میں سے ایک بڑی وجہ ذیابیطس ہے۔ اس مرض میں موتیا کالا پانی اور آنکھ کے پردے (Retina) میں خرابی پیدا ہوجاتی ہے۔

گردے

۱۵ سے ۲۰ سال گزرنے پر ذیابیطس کے مریض کے گردے خراب ہوجاتے ہیں۔ پیشاب میں پروٹین خارج ہوتے ہیں یہاں تک کہ مریض کے گردے بالکل ناکارہ ہوجاتے ہیں۔

شریانیں

شریانوں کی دیوار میں چربی جمنے کا عمل (Atherosclerosis) تیز ہوجاتا ہے۔ جس کی وجہ سے شریانوں کا قطر چھوٹا ہوجاتا ہے۔ ہارٹ اٹیک انجائنا اور اسٹروک کے خطرات بڑھ جاتے ہیں۔

اعصاب

مریض کے پیر یا ہاتھوں کی حس ختم ہوجاتی ہے۔ پاؤں یا ہاتھ چھونے کا مریض کو احساس نہیں ہوتا۔ کبھی کبھی مریض اندھیرے میں صحیح طرح چل نہیں سکتا۔ مریض کا جوتا اس کے پاؤں سے اتر جاتا ہے مگر اس کو اس بات کا احساس نہیں ہوتا۔ اس کے ساتھ ساتھ پیر میں جلن پیر سرخ ہونا سوئیاں چبھنا وغیرہ کی کیفیات کا احساس ہوتا ہے۔ پیر کی انگلیوں کی جڑوں میں چیونٹیاں کاٹتی رہتی ہیں۔ پیروں میں زخم بن جاتے ہیں لیکن مریض کو احساس نہیں ہوتا۔ ان زخموں میں پیچیدگی پیدا ہونے پر پیر میں ناسور بن جاتا ہے۔

ذیابیطس کے مریضوں کے لئے ضروری ہے کہ اپنے پیروں کی صفائی کا خاص خیال رکھیں۔

علاج

۱۔ جامنی رنگ پانی صبح و شام

۲۔ آسمانی رنگ پانی کھانے سے پہلے

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

۳۔ زرد رنگ پانی دوپہر و رات کھانے کے بعد

۴۔ کمر میں اوپر کے مہروں (Lumbar Vertebrae) پر پانچ منٹ تک زرد تیل کی مالش کریں۔

ریڑھ کی ہڈی پر دس منٹ تک جامنی رنگ کی روشنی اور دس منٹ تک زرد رنگ کی روشنی ڈالیں۔

خونی قے

اسباب

معدہ کا السر چھوٹی آنت کا السر جگر کی خرابی

علامات

قے ہوتی ہے اور قے کے ساتھ خون آتا ہے۔

علاج

۱۔ سبز رنگ پانی صبح و شام کھانے سے پہلے

۲۔ منہ کھول کر سرخ رنگ کی روشنی منہ میں اندر ڈالیں۔

۳۔ اسباب کے علاج کے ساتھ ساتھ نارنجی رنگ پانی صبح و شام استعمال کریں۔

نظام تنفس کی بیماریاں

نزلہ و زکام

رطوبات جب ناک کی طرف بہتی ہیں تو زکام کے نام سے تعبیر کیا جاتا ہے اور اگر حلق و سینہ کی طرف گرتی ہیں تو اسے نزلہ کہتے ہیں۔ نزلہ اور زکام ایک قسم کے وائرس سے ہوتا ہے۔

موسم گرما موسم بہار اور سردیوں میں یہ بیماریاں زیادہ ہوتی ہیں۔ دماغ ضعیف ہونے کی وجہ سے معمولی سردی گرمی سے بھی نزلہ زکام ہوجاتا ہے۔

زیادہ دماغی محنت اور کسی چیز کی الرجی سے بھی یہ امراض لاحق ہوجاتے ہیں۔

دھوپ میں زیادہ چلنے پھرنے گرم اور مصالحہ دار غذا کے کھانے سے صفرا زیادہ ہو کر بلغم میں مل کر زکام یا نزلہ پیدا کرتا ہے۔ سرد پانی سے نہانے اور ٹھنڈی ہوا میں ننگے سر سونے برف اور ٹھنڈی چیزیں کثرت سے استعمال کرنے اور دماغ میں رطوبت جمع ہونے سے بھی نزلہ زکام کی شکایت ہوجاتی ہے۔

علامات

شروع میں طبیعت ست اور کسلمند ہوتی ہے کام کرنے کو جی نہیں

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

چاہتا۔ پیشانی پر جکڑن اور کنپٹیوں پر بوجھ محسوس ہوتا ہے ناک بند اور خشک ہوتی ہے۔ سر میں ہلکا درد ہوتا ہے بار بار چھینکیں آتی ہیں۔ ناک سے پتلی اور خراش دار رطوبت بہتی ہے اگر سردی کی وجہ سے ہو تو رطوبت سفید اور غلیظ نکلتی ہے سوزش اور خراش کم ہوتی ہے ناک بند ہو جاتی ہے۔ چہرہ میں گرمی محسوس ہوتی ہے۔ اگر گرمی کی وجہ سے ہو تو رطوبت رقیق اور نمکین نکلتی ہے چہرہ اور آنکھیں سرخ ہوتی ہیں حلق میں خراش اور ناک میں سوزش ہوتی ہے بار بار پیاس لگتی ہے اور ناک کے نتھنے سرخ رہتے ہیں۔ سر اور کان گرم رہتے ہیں۔ معدہ پر بوجھ رہتا ہے۔ چھینک آنے پر معدہ کا بوجھ قدرے کم ہو جاتا ہے۔ لیٹے رہنے کو جی چاہتا ہے۔

علاج

۱- سر پر روزانہ نیلے رنگ کی شعاع پندرہ منٹ تک ڈالیں۔

۲- نیلا رنگ پانی صبح و شام

۳- زرد رنگ پانی کھانے سے پہلے

۴- زرد شعاعوں کا تیل پیٹ پر مالش کریں اور ناک اور نتھنوں میں لگائیں۔

ناک اور منہ کے اوپر ململ کا کپڑا باندھے رکھنا چاہیے۔

بہتر (۷۲) گھنٹے تک مسلسل آرام (Bed Rest) اور گرم پانی پینا اس مرض کا ایک علاج ہے۔

کھانسی

اسباب

وائرس یا بیکٹیریا کے انفیکشن کی وجہ سے ہوتا ہے۔

علامات

بچوں بوڑھوں اور بلغمی مزاج لوگوں کو سردی کے موسم میں نزلہ زکام ہو جاتا ہے۔ پسلیوں کے نیچے ہلکا درد ہوتا ہے۔ سانس تنگی سے آتا ہے۔ بار بار کھانسی اٹھتی ہے۔ رات کو سوتے وقت اور صبح کے وقت کھانسی زیادہ ہوتی ہے۔ شروع میں سفید پھر سبز اور آخر میں زردی مائل بلغم خارج ہوتا ہے۔ بعض دفعہ پتلا لیس دار میلے رنگ کا بلغم خارج ہوتا ہے۔ پرہیز کے ساتھ صحیح علاج نہ کیا جائے تو کھانسی مستقل ہو جاتی ہے اور جڑ پکڑ لیتی ہے۔ سردی کے موسم میں کھانسی زیادہ ہوتی ہے۔ گرمی اور خشکی کی وجہ سے ہو تو کھانسی میں بلغم خارج نہیں ہوتا حلق خشک رہتا ہے سینہ پر خراش معلوم ہوتا ہے۔ اس قسم کی کھانسی گرم مزاج لوگوں کو موسم سرما میں زیادہ ہوتی ہے۔ اگر علاج کی طرف سے لاپرواہی کی جائے تو پھیپھڑوں میں زخم بن جاتے ہیں۔

علاج

۱- خشک کھانسی کے لئے:

- نیلا پانی صبح و شام

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

- نارنجی شعاعوں کا تیل کمر اور پھیپھڑوں کی جگہ مالش کریں۔

۲۔ تر کھانسی کے لئے:

- نیلا رنگ پانی صبح و شام
- نارنجی رنگ پانی صبح و شام کے کھانے کے بعد
- نارنجی شعاعوں کا تیل کمر پر پھیپھڑوں کی جگہ مالش کریں۔

۳۔ مزمن کھانسی کے لئے:

- نیلا رنگ پانی صبح و شام
- نارنجی رنگ پانی صبح و شام کھانے کے بعد
- نیلی شعاعوں کا تیل سینہ پر اور نارنجی تیل کمر پر پھیپھڑوں کی جگہ دن رات میں دو وقت مالش کریں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

دمہ

اسباب

یہ مرض سانس کی نالیوں کے تنگ ہونے سے ہوتا ہے اور کسی مخصوص شئے سے الرجی کی وجہ سے بھی ہوتا ہے۔ ان مخصوص اشیاء میں گرد و غبار دھاتی ذرات آٹے کے ذرات روئی کے باریک ذرات بلی یا پرندوں کے چھوٹے چھوٹے بال یا پر اینٹی بائیوٹک ادویات اور Expired Drugs وغیرہ شامل ہیں۔

علامات

نزلہ زکام یا کھانسی کی وجہ سے یہ شکایت ہوجاتی ہے۔ پہلے خفیف کھانسی آتی ہے سانس لینے میں تکلیف ہوتی ہے دفعتاً" دورہ پڑجاتا ہے۔ دم گھٹنے لگتا ہے کھانستے کھانستے چہرہ سرخ ہوجاتا ہے۔ بلغم خارج ہونے سے تکلیف کم ہوجاتی ہے۔

علاج

۱۔ نارنجی رنگ پانی صبح و شام

۲۔ دورہ کی حالت میں نارنجی رنگ پانی تھوڑا تھوڑا کرکے (دو ملی لیٹر) دس دس منٹ کے وقفوں سے پلائیں۔ ایک وقت میں خوراک کی مقدار ۱۰ ملی لیٹر سے زیادہ نہیں ہونی چاہئے۔

۳۔ دن میں ایک مرتبہ نارنجی تیل سینہ پر اور نیلا تیل پشت پر پھیپھڑوں کی جگہ دائروں میں مالش کریں۔

نمونیا

اسباب

پھیپھڑوں کے انفیکشن کو نمونیا کہتے ہیں۔ اس کی وجوہات میں وائرس بیکٹیریا اور Fungus شامل ہیں۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

علامات

نمونیا کے مرض میں عام طور پر مندرجہ ذیل علامات پائی جاتی ہیں۔

۱۔ بخار ہوتا ہے ایسا بخار جو کپکپی کے بعد سردی لگ کر چڑھے اور مستقل ہو۔

۲۔ سینے کا درد

۳۔ بلغم کے ساتھ کھانسی

۴۔ سانس لینے کی رفتار بڑھ جاتی ہے۔

۵۔ سینے کے ایکسرے (X-Ray) میں نمونیا کی جگہ سفید دھبہ نظر آتا ہے۔

علاج

۱۔ نیلا رنگ پانی صبح و شام

۲۔ نیلی شعاعوں کا تیل سینہ پر پھیپھڑوں کی جگہ کمر پر دائروں میں مالش کریں۔

۳۔ سبز شعاعوں کا تیل پسلیوں پر انگلیوں کے پوروں سے مالش کریں۔

ٹی۔بی

یہ مرض جسم کے ہر حصے میں ہو سکتا ہے لیکن عموماً پھیپھڑوں اور آنتوں سے شروع ہوتا ہے اور اگر علاج نہ کیا جائے تو پورے جسم میں پھیل جاتا ہے۔

اسباب

ٹی۔بی ایک بیکٹیریا مائیکوبیکٹیریم ٹیوبر کلوسس (Mycobactarium Tuberculosis) کی وجہ سے ہوتا ہے۔ یہ مرض عام طور پر بوڑھوں اور کم آمدنی والے لوگوں میں ہوتا ہے۔ ایسے لوگ جن کا جسمانی و دماغی نظام کمزور ہو وہ بھی ٹی بی کا شکار ہو جاتے ہیں۔ یہ مرض عام طور پر زیادہ عمر ہونے غذا کی کمی پریشانی اور صحیح آب و ہوا میسر نہ ہونے سے ہوتا ہے۔

علامات

ٹی بی میں وزن کم ہو جاتا ہے۔ بھوک کم لگتی ہے۔ شام کے وقت پسینہ آتا ہے اور ہلکا بخار ہوتا ہے۔ کھانسی آتی ہے بلغم نکلتا ہے اور بلغم میں خون شامل ہوتا ہے۔ پرانی ٹی بی میں آنکھوں کے سفید ڈیلے نیلگوں دیکھے گئے ہیں۔

علاج

۱۔ سرخ رنگ پانی صبح و شام

۲۔ نیلا رنگ پانی کھانے سے پہلے

۳۔ نارنجی رنگ پانی کھانے کے بعد

۴۔ پھیپھڑوں پر نارنجی روشنی ڈالیں۔

۵۔ سینے پر نارنجی تیل اور کمر پر پھیپھڑوں کی جگہ نیلے تیل کی مالش کریں۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

دل اور نظام خون کی بیماریاں

اختلاج قلب

اسباب

دل کی کمزوری کی وجہ سے عام جسمانی کمزوری کی وجہ سے ہائی بلڈ پریشر لو بلڈ پریشر پیہم صدمات تیز ادویات کا استعمال گھر کا خراب ماحول غصہ اور سختی کی وجہ سے اختلاج قلب ہوتا ہے۔ یہ مرض زیادہ تر ان خواتین کو ہوتا ہے جو شوہر کے رویہ اور تلخ مزاجی سے پریشان رہتی ہیں۔

علامات

خفیف اتفاقی حادثہ تیز چلنے سیڑھیوں پر چڑھنے سے یا جوش اور غصہ وغیرہ سے دل دھڑکنے لگتا ہے۔ جب زور زور سے دل دھڑکتا ہے تو سینہ پر دھڑکن محسوس ہوتی ہے اور ایسا معلوم ہوتا ہے کہ دل ڈوبا جا رہا ہے۔ آنکھوں کے سامنے اندھیرا آجاتا ہے۔ کبھی مریض بے ہوش ہوجاتا ہے۔ نبض میں سرعت اور تواتر پایا جاتا ہے۔ پیشاب کی رنگت سرخ اور پاخانہ خشک ہوجاتا

ہے۔ دائمی قبض کی شکایت ہوتی ہے۔

علاج

۱۔ نارنجی رنگ پانی صبح و شام

۲۔ زرد رنگ پانی کھانے سے پہلے

۳۔ آسمانی رنگ پانی کھانے کے بعد

۴۔ مرہم زرد صبح نہار منہ اور زرد تیل رات کو سوتے وقت پیٹ پر مالش کریں۔

انجائنا

اسباب

دیکھیں دل کا دورہ

علامات

دل میں خون کی سپلائی کم ہوجائے یا خون کی ترسیل نہ ہو تو دل کے عضلات میں ایسے کیمیاوی مادے جن کا اخراج خون کے ذریعے ہوتا ہے جمع ہونے لگتے ہیں ایسی حالت میں سینہ میں شدید درد ہوتا ہے۔ اس درد کو Angina کا درد کہتے ہیں۔

انجائنا کا درد سینے میں بائیں طرف الٹے ہاتھ یا سینے کے درمیان میں ہوتا ہے۔ آرام کرنے سے انجائنا کا درد ۳۰ سیکنڈ یا چند منٹ میں ختم ہوجاتا

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ہے۔ سانس گھٹنے متلی ہونے اور ٹھنڈے پسینے آنے سے کمزوری ہو جاتی ہے۔ پیدل چلتے وقت دم گھٹتا ہے چلتے چلتے رکنا پڑتا ہے۔ عام طور پر انجائنا کولیسٹرول کی زیادتی حبس ریاح اور شوگر کی وجہ سے ہوتا ہے۔

علاج

دورہ کی صورت میں فوراً" ہارٹ اسپیشلسٹ سے رجوع کریں۔ اس کے ساتھ ساتھ

۱۔ آسمانی رنگ پانی صبح وشام

۲۔ زرد رنگ پانی کھانے سے پہلے

۳۔ بنفشی رنگ پانی ناشتہ کے بعد

۴۔ نارنجی رنگ پانی کھانے کے بعد

۵۔ انجائنا میں پیدل چلنا بہت مفید ہے۔ روزانہ صبح وشام چالیس چالیس منٹ تک پیدل چلنا ضروری ہے۔ ابلے ہوئے کھانے کھائیں۔ چکنائیوں سے پرہیز کریں۔

دل کا دورہ

اسباب

دل چونکہ مسلسل کام کرتا رہتا ہے اس لئے خون کی سپلائی نہایت ضروری ہے۔ دل کو خون کوروزی شریان (Coronary Arteries) سے ملتا

ہے۔ کسی بھی وجہ سے کوروزی شریان تنگ ہوجائے تو دل کو خون کی سپلائی کم ہوجاتی ہے اور دل کا دورہ یا انجائنا (Angina) ہوجاتا ہے۔

کوروزی شریان کے تنگ ہونے کی بنیادی وجہ ابھی تک معلوم نہیں ہوئی مگر دیگر وجوہات مندرجہ ذیل ہوسکتی ہیں۔

۱۔ زیادہ عمر

۲۔ ہائی بلڈ پریشر

۳۔ کولیسٹرول کی زیادتی

۴۔ سگریٹ نوشی

۵۔ ذیابیطس

۶۔ موٹاپا

۷۔ ضرورت سے زیادہ آرام و آسائش اور عیاشی

۸۔ غم غصہ پریشانی نشہ کی عادت

علامات

دل کے عضلات نہایت حساس ہوتے ہیں۔ اگر عضلات میں خون کی فراہمی ۳۰ منٹ سے دو گھنٹہ تک رک جائے تو دل مرجاتا ہے۔ دل کے دورہ کے مریض سینے کے شدید درد کے ساتھ تڑپتے ہیں۔ درد حرکت کرنے سے بڑھتا ہے۔ درد عام طور پر سینے میں بائیں طرف ہوتا ہے اور آرام کرنے سے کم ہوتا ہے لیکن ختم نہیں ہوتا۔ اس کے علاوہ مریض کو ٹھنڈے پسینے آتے

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ہیں کمزوری محسوس ہوتی ہے سانس لینے میں تکلیف ہوتی ہے متلی اور الٹی ہو سکتی ہے۔موجودہ میڈیکل سائنس میں دل کے دورے کی تشخیص E.C.G. سے کی جاتی ہے۔

علاج

۱- دل کا دورہ پڑجائے تو فوراً ہسپتال میں داخل کریں یا ہارٹ اسپیشلسٹ سے رجوع کریں۔ کمزوری دور کرنے کے لئے ناشتہ کے بعد سرخ رنگ کا پانی دیں۔

۲- فیروزی رنگ پانی صبح و شام

۳- زرد رنگ پانی کھانے سے پہلے

۴- نارنجی رنگ پانی کھانے کے بعد دیں

۵- ہارٹ اسپیشلسٹ کی ہدایات پر مکمل طور پر عمل کریں۔

خون کی کمی

اس سے مراد جسم کے اندر خون میں سرخ خلیوں کی کمی واقع ہونا ہے۔

خون میں ہیموگلوبن (Haemoglobin) کی مقدار مردوں میں 13 gm/dl اور عورتوں میں 12 gm/dl سے کم ہوجائے تو یہ انیمیا کی علامت ہے۔ ہیموگلوبن کی مقدار خون کی رپورٹ سے معلوم ہوجاتی ہے۔

مردوں میں ہیموگلوبن کی نارمل مقدار 18 gm/dl سے 13 ہے۔

عورتوں میں ہیموگلوبن کی نارمل مقدار 16.5 gm/dl سے 11.5 ہے۔

اسباب

۱- سرخ خلیوں کی پیداوار میں کوئی خرابی واقع ہوجائے (مثلاً جسم میں آئرن کی کمی وٹامن بی کی کمی تھیلسیمیا ہڈی کے گودے کا کام چھوڑ دینا)۔

۲- سرخ خلیوں کی نارمل سے زیادہ ٹوٹ پھوٹ اور خاتمہ (مثلاً خون کا ضیاع ہیموگلوبن کی بیماریاں یا کچھ دواؤں مثلاً اینٹی بائیوٹک کونین (Quinine) اور کینسر کے لئے استعمال کی جانے والی ادویات کا ری ایکشن)۔

علامات

انیمیا کے مریض عام طور پر تھکاوٹ غشی طاری ہونے آنکھوں کے آگے اندھیرا چھانے اختلاج قلب اور بعض صورتوں میں منہ کے کنارے پھٹ جانے زبان کی سوزش اور ہڈیوں کے درد کی شکایات کرتے ہیں لیکن بعض مریض تشخیص ہونے تک بالکل ٹھیک ٹھاک ہوتے ہیں۔

علاج

۱- سرخ رنگ پانی صبح و شام

۲- نارنجی رنگ پانی دوپہر کھانے کے بعد

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

۳۔ گلابی رنگ پانی عصر کے بعد اور رات کا کھانا کھانے سے ڈھائی گھنٹے پہلے

۴۔ ریڑھ کی ہڈی پر سرخ رنگ کی روشنی روزانہ پندرہ منٹ تک ڈالیں۔

لو بلڈ پریشر

اسباب

بعض اشخاص میں خون کا دباؤ فطری طور پر کم ہوتا ہے۔ یہ کوئی بیماری نہیں ہے۔ خون کا زیادہ بہہ جانا دل کی بیماری خون میں جراثیم کا نفوذ اعصابی تناؤ جذباتی ہیجان اور دست اور قے کی زیادتی سے اکثر لو بلڈ پریشر ہو جاتا ہے۔

علامات

بلڈ پریشر اگر نارمل سے ۵ یا ۱۰ درجے نیچے ہو جائے تو سر چکرانے لگتا ہے۔ سر خالی اور ہلکا محسوس ہوتا ہے۔ بلڈ پریشر اگر اس سے زیادہ نیچے ہو جائے تو آدمی Shock میں چلا جاتا ہے۔ اس پر غنودگی طاری ہو جاتی ہے۔

ایسی حالت میں مریض کو فوراً ہسپتال لے جانا چاہیے۔

علاج

۱۔ اصل سبب کے علاج کے ساتھ ساتھ سرخ شعاعوں کا پانی صبح و شام دیا جائے۔

۲۔ پندرہ منٹ تک مریض کو سرخ روشنی میں لٹایا جائے۔

ہائی بلڈ پریشر

فشار یا خون کا دباؤ ایک نارمل مقدار میں برقرار رکھنے میں دل گردے شریانیں خون کا حجم اور اعصابی نظام کا اپنا کردار ہے۔ جب دل سکڑ کر خون کو شریانوں میں پھینکتا ہے اس وقت شریانوں میں خون کا دباؤ ناپا جائے تو اس کو اوپر کا بلڈ پریشر (Systolic B.P.) کہتے ہیں۔ جب دل پھیلتا ہے اس وقت اگر شریانوں میں خون کا دباؤ ناپا جائے تو اس کو نچلا بلڈ پریشر (Diastolic B.P.) کہتے ہیں۔ بلڈ پریشر عمر کے ساتھ ساتھ عموماً بڑھتا ہے۔

۲۰ سال کی عمر میں بلڈ پریشر ۸۰ / ۱۴۰ نارمل ہوتا ہے۔

۵۰ سال کی عمر میں بلڈ پریشر ۶۵ / ۱۶۰ نارمل ہوتا ہے۔

۷۵ سال کی عمر میں بلڈ پریشر ۱۰۵ / ۱۷۰ نارمل ہوتا ہے۔

بلڈ پریشر اگر دیئے گئے پیمانے سے بڑھ جائے تو اس کو کئی مرتبہ مسلسل ایک ہفتے کے لئے چیک کرنا چاہیے۔ اگر پھر بھی نارمل سے مسلسل اوپر آئے تو اس شخص کو ہائی بلڈ پریشر کا مریض قرار دیا جاتا ہے۔

اسباب و علامات

غصہ پریشانی اجنبی ماحول اور بے آرامی وقتی طور پر عام آدمی کا بلڈ پریشر بڑھا دیتی ہے لیکن یہ مرض میں شمار نہیں ہوتا۔ ہائی بلڈ پریشر کے مریض کو عموماً سر درد کی شکایت ہوتی ہے۔ پانچ سے دس فیصد مریضوں میں بلڈ پریشر

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

بڑھنے کی کوئی نہ کوئی وجہ ہوتی ہے جب کہ اکثر کوئی وجہ نہیں ہوتی۔ بلڈ پریشر ہائی ہونے کی وجوہات یہ ہیں:-

۱- گردوں کے امراض
۲- شہ رگ (Aorta) کا پیدائشی سکڑاؤ
۳- الکوحل
۴- دواؤں اور ہارمونز کی زیادتی
۵- منفی خیالات کی یلغار
۶- مستقبل کے خدشات
۷- مسلسل نادیدہ خوف اور غم و فکر

ہائی بلڈ پریشر ایک عذاب ہے۔ مسلسل بلڈ پریشر ہائی رہنے سے تقریباً جسم کا ہر حصہ متاثر ہوتا ہے۔

ہائی بلڈ پریشر کی وجہ سے مندرجہ ذیل پیچیدگیاں پیدا ہو جاتی ہیں۔

۱- دماغ کی رگ کا پھٹ جانا
۲- آنکھ کے پردے پر خون جم جاتا ہے۔ کبھی اندھا پن بھی ہو سکتا ہے۔
۳- گردے فیل ہو سکتے ہیں۔
۴- دل پر اضافی دباؤ پڑتا ہے یہاں تک کہ دل فیل ہو جاتا ہے۔

علاج

۱- سبز رنگ پانی صبح و رات

۲- سفید رنگ پانی کھانے سے پہلے دونوں وقت
۳- فیروزی رنگ پانی دوپہر و شام
۴- مریض کو روزانہ پندرہ منٹ تک سبز روشنی میں رکھا جائے۔

جسم پر نیلے نشانات

اسباب

کسی بھی وجہ سے خون میں موجود پلیٹیلٹس (Platelets) کی تعداد اگر گھٹ جائے تو یہ بیماری ہو جاتی ہے۔

علامات

جلد کے نیچے خون جمع ہو جاتا ہے جس کی وجہ سے جسم پر جابجا نیلے رنگ کے داغ نظر آتے ہیں۔

علاج

۱- آسمانی رنگ پانی صبح و شام
۲- زرد رنگ پانی دوپہر و رات
۳- سبز رنگ پانی ناشتہ کے بعد اور رات سوتے وقت
۴- کمر پر پندرہ منٹ تک روزانہ سرخ رنگ روشنی ڈالیں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

مردانہ امراض

جریان

اسباب

کثرت جماع جلق کے باعث اور عضو تناسل کے ذکی الحس ہونے سے جریان ہو جاتا ہے۔ گرم اشیاء' شراب گردوں میں پتھری دائمی قبض مثانہ میں خراش زیادہ گوشت خوری وغیرہ اس کے اسباب ہیں۔

علامات

جب مرض گردے یا مثانہ کی خراش پتھری یا قبض کی وجہ سے ہو تو پیشاب کے بعد چند قطرے خارج ہوجاتے ہیں۔ مقوی اور گرم غذاؤں کی وجہ سے انزال کی شکایت ہوجاتی ہے۔ جلق یا کثرت جماع کے سبب سے مریض کاہل اور ست ہو جاتا ہے اعضاء شکنی ہوتی ہے۔ پیشاب کرتے وقت جلن اور خارش محسوس ہوتی ہے۔ پیشاب بار بار اور زیادہ مقدار میں آتا ہے۔ کمر میں درد ہوتا ہے۔ دماغ اور پٹھے کمزور ہوجاتے ہیں جسمانی کمزوری ہوجاتی

ہے۔ کام کرنے کو دل نہیں چاہتا۔ سر میں درد ہوتا ہے اور چکر آتے ہیں۔ مزاج چڑچڑا ہوجاتا ہے۔ پشت پر چیونٹیاں رینگتی ہوئی محسوس ہوتی ہیں۔ حافظہ کمزور اور ذہن کند ہوجاتا ہے۔ نیند پوری طرح نہیں آتی۔ عموماً قبض رہتا ہے۔ بھوک نہیں لگتی۔ مباشرت کی خواہش پہلے بہت زیادہ اور پھر کم ہوجاتی ہے۔ ذرا سی تحریک سے اور محض مباشرت کے خیال سے کپڑے خراب ہوجاتے ہیں۔

علاج

۱- زیتونی (Olive) رنگ پانی صبح و شام دیں۔

۲- قبض کی وجہ سے ہو تو زرد رنگ پانی صبح و شام دیں۔

۳- سبز رنگ پانی ناشتہ کے بعد اور رات کو سوتے وقت دیں۔

۴- جامنی تیل کولہوں کے درمیان ریڑھ کی ہڈی کے جوڑ پر دائروں میں مالش کریں۔

۵- زرد شعاعوں کا تیل صبح نہار منہ پیٹ پر ناف کے چاروں طرف مالش کریں۔

جلق

مادہ تولید کثرت سے خارج ہونے سے اعضاء ضعیف ہوجاتے ہیں۔ پیشاب بار بار اور جل کر آتا ہے۔ رطوبات فاسدہ جمع ہوجاتی ہیں۔ عضو

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

مخصوص کی رگیں پھول جاتی ہیں۔ طبیعت پریشان اور غمگین رہتی ہے۔ سستی اور کاہلی کی وجہ سے کاروبار حیات میں دل نہیں لگتا۔ مجالس میں بیٹھنے سے بیزاری ہوتی ہے آدمی تنہائی پسند ہوجاتا ہے۔ ایسے لوگ خجالت اور شرمندگی کی وجہ سے کسی سے آنکھ نہیں ملاتے۔ جلد کا رنگ پیلا ہوجاتا ہے۔ آنکھوں کے نیچے سیاہ حلقے پڑجاتے ہیں اور بصارت کم ہوجاتی ہے۔ سر میں بار بار درد ہوتا ہے اور چکر آتے ہیں۔

علاج

۱- فیروزی رنگ پانی صبح و شام اور افاقہ ہونے پر صرف رات کو دیں۔

۲- زرد رنگ پانی دو وقت کھانے سے پہلے دیں۔

۳- صبح کے وقت نیلی شعاعوں کا تیل کولہوں کے درمیان ریڑھ کی ہڈی پر دائروں میں مالش کریں۔

۴- بینگنی شعاعوں کا تیل رات کو سونے سے پہلے مثانہ پر ہلکے ہاتھ سے دائروں میں مالش کریں۔

۵- حبس ریاح اور قبض کے ختم ہونے کے لئے مرہم زرد معدہ کی جگہ مالش کریں۔

نامردی

۱- اس کی وجوہات زیادہ تر نفسیاتی ہوتی ہیں۔

۲- ٹیسٹوسٹیرون (Testosterone) ہارمون کی کمی کی وجہ سے۔

۳- کافی عرصہ تک رہنے والی جسمانی بیماریاں مثلاً

- جگر کا سکڑنا
- جسم کے کسی حصہ میں کینسر
- دل کی کوئی بیماری
- ذیابیطس

تجرد کی زندگی میں جو لوگ بہت زیادہ محتاط ہوتے ہیں اور سالہا سال جنسی جذبہ سے غیر مانوس ہوتے ہیں ان کے اندر بھی جنسی تحریکات تقریباً ختم ہوجاتی ہیں۔ ایسے لوگ نامرد نہیں ہوتے۔ ان کے اندر جب جنسی تحریکات متحرک ہوجاتی ہیں تو وہ وظیفہ زوجیت احسن طریقہ پر پورا کرتے ہیں۔

جس طرح آدمی نامرد ہوتا ہے۔ اسی طرح عورت بھی ناعورت ہوتی ہے۔ ایسی خواتین میں جنسی جذبہ یا تو بالکل نہیں ہوتا یا انہیں اس عمل سے کراہت محسوس ہوتی ہے۔ کبھی کبھی ان کے اوپر خوف کا غلبہ ہو جاتا ہے۔

نوٹ۔ والدین اور اساتذہ کی یہ ذمہ داری ہے کہ وہ بلوغت کے بعد کی زندگی کے بارے میں نوجوان نسل کو معلومات فراہم کریں۔ لڑکے اور لڑکیوں کو نفع و نقصان سے آگاہ کریں۔

علاج

نامردی کے علاج کے ساتھ ساتھ اس بیماری کا علاج ہونا ضروری ہے

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

جس بیماری کی وجہ سے یہ مرض لاحق ہوتا ہے۔ اس کے لئے دیکھئے ذیابیطس دل کی بیماریاں اور کینسر۔

۱- جامنی رنگ پانی صبح و شام افاقہ ہونے کی صورت میں صرف رات کو استعمال کریں۔

۲- جامنی شعاعوں کا تیل صبح و شام کولہوں کے درمیان ریڑھ کی ہڈی پر مالش کریں۔

۳- گہرا نیلا رنگ پانی ناشتہ کے بعد اور رات کو سوتے وقت

۴- سرخ رنگ پانی کھانے کے بعد

۵- ہارمون کی کمی دور کرنے کے لئے جنگھاسوں اور پنڈلی پر سرخ تیل مالش کریں۔

سرعت انزال

اسباب

عموماً جلق و مشت زنی کثرت مجامعت جنسی تلذذ جنسی لٹریچر فاسد خیالات عریاں تصاویر اور ہر وقت متفکر رہنے سے یہ شکایت پیدا ہوتی ہے۔ سرعت انزال کی ایک بڑی وجہ مادہ تولید کا رقیق ہونا ہے۔ علاج کے ساتھ ایسی غذائیں تجویز کی جائیں جو مادہ کو غلیظ کرتی ہوں۔ باقی اسباب وہی ہیں جو جریان و احتلام کے بیان میں تحریر ہو چکے ہیں۔

علامات

مباشرت کے وقت فوری طور پر انزال ہو جاتا ہے۔

ضعف باہ کی شکایت شدید ہوتی ہے۔ کبھی بلا انتشار انزال ہو جاتا ہے۔

اپنے ارادہ میں ناکامی کے باعث مریض شرمندگی سے زندگی پر موت کو ترجیح دیتا ہے۔

مباشرت میں کامیابی اور ناکامی کا تعلق براہ راست دماغ سے ہے۔ دماغ جب منفی خیالات کی آماجگاہ بن جاتا ہے تو اعصاب متاثر ہوتے ہیں اور اعصاب کی کارکردگی میں اعتدال اور توازن نہ ہونے سے سرعت انزال کی شکایت ہو جاتی ہے۔

دماغی سکون اور اطمینان قلب سے مرد و عورت کے اندر قوت ارادی (Will Power) زیادہ ہوتی ہے اور مباشرت فطری عمل بن جاتا ہے۔

علاج

۱- زیتون رنگ پانی صبح و شام

۲- آسمانی رنگ پانی کھانے کے بعد

۳- جامنی تیل کولہوں کے درمیان ریڑھ کی ہڈی کے جوڑ پر دائروں میں مالش کریں۔

۴- گہرا نیلا رنگ پانی کھانے سے پہلے

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

۵- مزاج میں غیر طبعی حدت ہو تو سبز پانی دونوں وقت کھانے سے پہلے دیں۔

کثرت احتلام

اسباب

فاسد خیالات مجرد رہنا جلق کثرت مجامعت چت سونا قبض بد ہضمی کھانا زیادہ کھانا پیٹ میں کیڑوں کا ہونا آنتوں میں حدت اور جگر میں غیر طبعی گرمی اس کے اسباب ہیں۔

علامات

ہر دوسری تیسری رات کو یا ہر رات کو اور شدت مرض میں ایک رات میں دو دو بار اور کبھی دن کو بھی خواب کی حالت میں منی خارج ہو جاتی ہے۔ پیشاب جل کر آتا ہے۔ سستی کاہلی اور کمزوری بڑھ جاتی ہے۔ احتلام کی کیفیت یاد نہیں رہتی۔ کمر میں درد کی شکایت ہو جاتی ہے۔ خصیوں میں درد ہوتا ہے۔

علاج

۱- سبز رنگ پانی صبح و شام

۲- زرد رنگ پانی کھانے سے پہلے

۳- جامنی رنگ پانی کھانے کے بعد

۴- پرانے مرض میں ریڑھ کی ہڈی پر جامنی رنگ کی روشنی بیس منٹ تک ڈالیں۔

۵- جامنی رنگ تیل کولہوں کے درمیان ریڑھ کی ہڈی پر دائروں میں مالش کریں۔

۶- مرض میں بہت زیادہ شدت ہو تو سیدھی ٹانگ کی پنڈلی پر سبز تیل اوپر سے نیچے دائروں میں مالش کریں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

گردہ اور مثانہ کے امراض

بستر میں پیشاب

اسباب

کثرت سے ٹھنڈی چیزوں کا استعمال ایسی چیزیں جو مزاج میں سرد تر ہوں زیادہ کھانے سے اور سردی کی بنا پر مثانہ کمزور ہو جاتا ہے۔ آنتوں میں کیڑے ہونے یا کانچ نکلنے سے بعض مرتبہ ہاضمہ کی خرابی سے ضعف و نقاہت کی وجہ سے نچلے دھڑ کے فالج کی وجہ سے حرام مغز پر چوٹ لگنے سے بڑھاپے کی وجہ سے اور ذہنی امراض کی بنا پر یہ بیماری ہوتی ہے۔

علامات

دن میں بلا ارادہ پیشاب خارج ہو جاتا ہے۔ عموماً رات کو سوتے ہوئے بستر پر بے خبری میں پیشاب نکل جاتا ہے۔ دن رات میں کئی کئی بار پیشاب آتا ہے۔ ایسے مریضوں کو نیند زیادہ آتی ہے۔ اس قسم کے خواب نظر آتے ہیں کہ پیشاب کی ضرورت ہے اور کسی مقام پر بیٹھے ہوئے پیشاب کر رہے ہیں۔

علاج

یہ مرض اگر بچوں میں ہو۔

۱۔ نارنجی رنگ پانی صبح و شام پلائیں۔

۲۔ سرخ رنگ کی روشنی روزانہ دس منٹ تک مثانہ پر ڈالیں۔

بڑوں میں ہو یا حرام مغز کی خرابی کی وجہ سے ہو۔

۱۔ سرخ رنگ پانی صبح و شام۔

۲۔ ہلکا نیلا پانی (آسمانی) کھانے سے بیس منٹ پہلے۔

۳۔ جامنی رنگ تیل کولہوں کے درمیان ریڑھ کی ہڈی پر دائروں میں مالش کریں۔

۴۔ مثانہ پر سرخ رنگ کی روشنی پندرہ منٹ تک ڈالیں۔

۵۔ کالے تلوں کو صاف پانی میں دھو کر چالیس دن تک پرپل شعاعوں میں رکھیں اور سوتے وقت بڑوں کو ۲ بڑے چمچے اور چھوٹوں کو ایک ایک چمچہ کھلائیں۔

سوزاک

اسباب

غیر صحت مند جنسی اختلاط۔ اس کا سبب ہے۔ یہ مرض ایک قسم کے جراثیم گونوکوکائی (Gonococci) سے ہوتا ہے۔ یہ جراثیم بیرونی جنسی

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

اعضاء میں موجود ہوتے ہیں اور جنسی اختلاط کے وقت ایک دوسرے میں منتقل ہو کر دو سے چودہ دن کے اندر بیماری کی علامات پیدا کر دیتے ہیں۔

علامات

پیشاب کی نالی کے منہ پر سوزش ہوتی ہے اور پیشاب کرتے وقت درد ہوتا ہے۔ اس کے بعد پیپ خارج ہونے لگتی ہے۔ جو ابتداء میں رقیق نیلگوں ہوتی ہے بعد میں گاڑھی اور مقدار میں زیادہ ہو جاتی ہے آس پاس کی گلٹیاں پھول جاتی ہیں پشت کمر اور کولہوں میں تناؤ کے ساتھ درد ہوتا ہے بخار بھی ہو جاتا ہے پیشاب میں خون کا اخراج ہو سکتا ہے اور پیشاب بالکل بند بھی ہو سکتا ہے تکلیف عام طور پر دو تین ہفتے رہتی ہے۔ علاج صحیح ہو جائے تو تمام علامات میں کمی ہو جاتی ہے اور اگر علاج درست نہ ہو یا بدپرہیزی کر لی جائے تو مرض پیشاب کی نالی کے پچھلے حصے وہاں سے مثانہ خصیبے بیضہ دانی اور بعض اوقات گردوں تک پہنچ جاتا ہے۔ اگر مردوں کے خصیبے اور عورتوں کی بیضہ دانی زیر اثر آجائیں تو بچے پیدا کرنے کی صلاحیت متاثر ہو جاتی ہے۔

کبھی کبھار یہ مرض مزمن شکل اختیار کر لیتا ہے اور برسوں تک جسم کے اندر چھپا رہتا ہے۔ ایسی صورت میں کوئی شدید علامات ظاہر نہیں ہوتیں البتہ کسی قدر پیپ خارج ہونے سے کپڑے داغدار ہو جاتے ہیں۔ پیشاب میں جلن کا معمولی احساس ہوتا ہے بدپرہیزی کی صورت میں تکلیف بڑھ جاتی ہے۔ اس خفیف حالت میں بھی یہ مرض دوسروں کو لگ سکتا ہے۔ سوزاک

کے مرض میں علاج سے زیادہ احتیاط اور پرہیز کی ضرورت ہے۔

علاج

۱۔ نیلا رنگ پانی صبح و شام
۲۔ سبز رنگ پانی دونوں وقت کھانے سے پہلے
۳۔ زرد رنگ پانی کھانے کے بعد

گردوں کا ورم

اسباب

گردوں میں انفیکشن یا تو خون کے ذریعہ آنے والے جراثیم سے ہوتا ہے یا مثانے کے انفیکشن کے جراثیم گردے میں پہنچ کر گردوں کو متاثر کر دیتے ہیں دوسری صورت عام ہے۔ گردوں کے انفیکشن کی دو اقسام ہیں۔

۱۔ حاد ورم
۲۔ مزمن ورم

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

گردوں کا حاد ورم

علامات

مریض کی کمر میں ایک طرف یا دونوں طرف اچانک درد اٹھتا ہے جو سامنے کی طرف سے نیچے آتا ہے۔ اس کے ساتھ پیشاب کرنے میں تکلیف ہوتی ہے۔ بوند بوند کر کے تکلیف کے ساتھ اور بار بار پیشاب کی حاجت ہوتی

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ہے۔ مریض کو بخار ہو جاتا ہے کبھی کبھی الٹی ہوتی ہے اور جسم پر کپکپی طاری ہو جاتی ہے اس کے علاوہ پیشاب میں پیپ خون کے سفید ذرات اور سرخ ذرات موجود ہوتے ہیں۔

علاج

۱- فیروزی رنگ پانی صبح و شام

۲- سبز رنگ پانی کھانے سے پہلے

۳- زرد رنگ پانی کھانے کے بعد

۴- سبز روشنی گردوں کی جگہ پانچ منٹ صبح پانچ منٹ رات ڈالیں۔

۵- سبز شعاعوں کا تیل گردوں کی جگہ تین منٹ صبح تین منٹ شام اور تین منٹ رات ہلکے ہاتھ سے ہتھیلی اور انگلیوں کے درمیانی ابھار سے مالش کریں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

گردوں کا مزمن ورم

علامات

اس مرض میں مریض زیادہ تر سستی تھکن ہائی بلڈ پریشر یا پھر گردے فیل ہو جانے کی وجہ سے معالج کے پاس آتے ہیں۔ بعض مریضوں کو پیشاب بار بار آتا ہے۔ تکلیف کے ساتھ پیشاب آنے اور کمر میں درد کی شکایت بھی ہوتی ہے اس کے علاوہ مریض کے پیشاب میں خون اور کم مقدار میں پروٹین بھی

موجود ہوتی ہے۔

علاج

۱- نارنجی رنگ کی روشنی گردوں پر پندرہ منٹ کے لئے ڈالیں۔

۲- نارنجی رنگ پانی صبح و شام دیں۔

۳- سبز رنگ پانی دوپہر و رات کھانے سے پہلے

۴- ورم کے لئے زیتون رنگ پانی صبح و شام۔

درد گردہ

اسباب

غلیظ اور ٹھنڈی چیزیں زیادہ کھانے سے برف کا پانی بکثرت پینے سے اور ریاح کی وجہ سے گردے میں کھچاوٹ پیدا ہونے سے درد گردہ کی شکایت ہو جاتی ہے۔ پتھری گردے سے مثانہ کی طرف جانے سے غیر صاف پانی پینے اور ایسی غذائیں استعمال کرنے سے جن سے گیس بنتی ہو اور پیشاب کم آنے سے یہ مرض ہوتا ہے۔

علامات

کمر میں گردے کے مقام پر سخت درد ہوتا ہے۔ تکلیف کی شدت سے مریض ماہی بے آب کی طرح لوٹتا اور تڑپتا ہے۔ بار بار پیشاب کی حاجت ہوتی ہے مگر پیشاب خارج نہیں ہوتا اگر آتا بھی ہے تو قطرہ قطرہ ٹپکتا ہے۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

پتھری کی وجہ سے ہو تو خون آمیز پیشاب آتا ہے ہاتھ پاؤں ٹھنڈے ہوجاتے ہیں آنکھوں کے سامنے اندھیرا آجاتا ہے۔ نبض باریک اور کمزور چلتی ہے متلی اور قے ہوتی ہے۔ ریاحی درد میں درد ایک جگہ قائم نہیں رہتا ادھر ادھر پھرتا ہے اور گردہ کے مقام پر بوجھ نہیں ہوتا۔

علاج

۱۔ نارنجی رنگ پانی صبح و شام

۲۔ سبز رنگ پانی دوپہر و رات کھانے سے پہلے

۳۔ جامنی رنگ کا پانی صبح و شام

۴۔ پتھری کے لئے جامنی رنگ کی روشنی گردوں کے مقام پر صبح پندرہ منٹ نارنجی روشنی شام بیس منٹ تک ڈالیں۔

۵۔ سبز شعاعوں کا تیل گردوں کی جگہ دائروں میں مالش کریں۔

۶۔ زرد شعاعوں کا تیل پیٹ پر دن میں ایک وقت مالش کریں۔

مثانے اور پیشاب کی نالی کا ورم

اسباب

گردوں، گردوں کی نالی (Ureter) اور مثانہ میں بیکٹیریا کی وجہ سے انفیکشن ہوجاتا ہے۔ مثانہ اور پیشاب کی نالی کا انفیکشن گردوں کے انفیکشن سے زیادہ عام ہے۔

علامات

اس میں مریض کو بار بار پیشاب کرنے کی حاجت ہوتی ہے۔ پیشاب کرنے میں تکلیف ہوتی ہے۔ پیٹ کے نچلے حصے (پیڑو) میں درد ہوتا ہے۔ پیشاب میں خون بھی آجاتا ہے۔ پیشاب میں بیکٹیریا کی بڑی تعداد موجود ہوتی ہے۔

علاج

۱۔ گہرا نیلا رنگ پانی صبح و شام

۲۔ سبز رنگ پانی دوپہر و رات

۳۔ نیلی روشنی مثانہ پر رات اور دن میں پانچ پانچ منٹ تک ڈالیں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

پیشاب میں خون آنا

اسباب

اس کے اسباب مندرجہ ذیل ہیں۔

۱۔ گردوں کی خود مدافعتی بیماری (Glomerulo Nephritis)

خود مدافعتی بیماریاں وہ بیماریاں ہیں جس میں جسم کا مدافعتی نظام اپنے ہی جسم کے کسی حصے کے خلاف بیدار ہوجاتا ہے۔

۲۔ مثانے کا کینسر۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

۳- گردوں کی یا مثانے کی پتھری۔

۴- چوٹ۔

علامات

خون پیشاب کے ساتھ مل کر آتا ہے اور کبھی پیشاب سے پہلے یا بعد میں آتا ہے اور کبھی بجائے پیشاب کے صرف خون ہی آتا ہے۔ بعض کمزور اشخاص کو اس مرض کے شروع ہونے سے پہلے سردی لگتی ہے اور کپکپی طاری ہوجاتی ہے پھر تھوڑا خون آمیز پیشاب آتا ہے اور چند گھنٹوں کے بعد خود بخود صاف پیشاب آنے لگتا ہے۔ مثانہ سے خون پیشاب میں مل کر آتا ہے تو پیشاب کا رنگ سیاہ ہوتا ہے اور اس میں خون کے منجمد ٹکڑے پائے جاتے ہیں اور جب گردوں سے خون آتا ہے تو کمر میں گردوں کے مقام پر درد ہوتا ہے اور پیشاب گوشت کے دھوون جیسا سرخ ہوتا ہے۔

علاج

۱- سبز رنگ پانی صبح وشام

۲- نیلا رنگ پانی کھانے سے پہلے

۳- گردوں یا مثانے کی پتھری کے لئے دیکھئے درد گردہ کا علاج اور مثانہ کے کینسر کے لئے دیکھئے کینسر کا علاج۔

دماغی امراض

صفراوی درد سر

اسباب

بدہضمی جگر کی خرابی گرم اور میٹھی چیزوں کے زیادہ استعمال سے صفرا بڑھ جاتا ہے جس کی وجہ سے بخارات تیزی سے دماغ کی طرف جاتے ہیں اور سر میں درد ہوجاتا ہے۔

علامات

یہ درد نہایت شدید ہوتا ہے۔ درد کی حالت میں کنپٹی کی رگوں میں ٹیسیں اٹھتی ہیں۔ منہ کا ذائقہ کڑوا ہوجاتا ہے زبان خشک اور پیاس کی شدت ہوتی ہے۔ جی متلاتا ہے ابکائیاں آتی ہیں قے ہوجانے سے درد میں کمی ہوجاتی ہے۔ یہ درد بھوک کی حالت میں ہوتا ہے۔ پیشاب گرم اور رنگت زرد ہوتی ہے۔ کبھی کبھار پیشاب میں جلن ہوتی ہے۔

علاج

۱- زرد رنگ پانی دن میں ایک بار

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

۲- نیلا رنگ پانی صبح و شام کھانے سے پہلے

۳- سبز رنگ پانی کھانے کے بعد

درد شقیقہ

اسباب

یہ مرض اکثر موروثی ہوتا ہے۔ اس بیماری میں نامعلوم وجوہات کی بنا پر دماغ میں شریانیں پھیل جاتی ہیں جس کی وجہ سے ان شریانوں سے متصل اعصاب میں ہیجان پیدا ہوجاتا ہے جو درد شقیقہ کا سبب بنتا ہے۔

علامات

بار بار آدھے سر یا پورے سر میں ٹیسیں اٹھتی ہیں یہ درد دوروں کی شکل میں ہوتا ہے۔ روشنی میں آنکھیں چندھیا جاتی ہیں اور روشنی سے ڈر لگتا ہے۔ درد شروع ہونے کے ساتھ الٹی یا متلی بھی ہوجاتی ہے۔

بعض مریضوں کی آنکھوں کے سامنے روشن نقطے ناچتے ہوئے دکھائی دیتے ہیں۔ درد شروع ہونے کے بعد روشن نقطے غائب ہوجاتے ہیں۔

علاج

۱- فیروزی رنگ پانی صبح و شام

۲- آسمانی رنگ پانی کھانے سے پہلے

۳- آسمانی شعاعوں کا تیل پیشانی پر مالش کریں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

۴- سر پر نیلے رنگ کی روشنی پانچ منٹ کے لئے ڈالیں پھر تین منٹ کے لئے ہرے رنگ کی روشنی ڈالیں۔ دورہ کے وقت بھی یہی عمل کریں۔

۵- 12 x 9 انچ شیشہ پر فیروزی رنگ پینٹ کروا کر صبح و شام کھانے سے پہلے پندرہ پندرہ منٹ تک دیکھیں۔

آنکھوں کے نیچے اندھیرا آنا

کھڑے ہونے یا معمولی حرکت کرنے سے مریض کی آنکھوں کے نیچے اندھیرا چھا جاتا ہے۔ حرکت کے وقت اردگرد کی چیزیں متحرک نظر آتی ہیں۔ مریض کھڑا نہیں رہ سکتا۔ سہارا لینے پر مجبور ہوجاتا ہے۔

اسباب

جسمانی کمزوری دماغی کمزوری اعصابی کشاکش چوٹ لگنا منشیات کا بکثرت استعمال دائمی قبض کانوں کے امراض اور دیر ہضم بادی اشیاء کا استعمال اس مرض کے اسباب ہیں۔

علامات

اٹھتے بیٹھتے چلتے پھرتے آس پاس کی چیزیں گھومتی ہوئی معلوم ہوتی ہیں۔ شروع شروع میں تھوڑی دیر چکر آکر ختم ہوجاتے ہیں۔ مرض شدید ہو تو آنکھوں کے سامنے اندھیرا چھا جاتا ہے اور مریض گر پڑتا ہے۔ قے آنے کے بعد چکر ختم ہوجاتے ہیں۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

علاج

۱- بنفشی رنگ پانی صبح و شام

۲- زرد رنگ پانی کھانے سے پہلے

۳- گہرا نیلا رنگ پانی کھانے کے بعد

لکنت

اسباب و علامات

مریض میں سنی اور لکھی ہوئی باتوں کو سمجھنے کی صلاحیت نارمل ہوتی ہے لیکن آواز پیدا کرنے والے آلے کی خرابی کی وجہ سے مریض صحیح الفاظ ادا نہیں کر سکتا یا بالکل نہیں بول سکتا۔ اس میں تتلا کر بولنا چبا چبا کر بولنا جھٹکوں سے بولنا موٹی بھدی آواز میں بولنا منہ ہی منہ میں کچھ کہنا الفاظ کو ملا ملا کر بولنا وغیرہ سب شامل ہیں۔

علاج

۱- بنفشی رنگ پانی صبح و شام

۲- نیلا رنگ پانی کھانے سے پہلے

۳- بنفشی رنگ کی روشنی سر پر پندرہ منٹ کے لئے ڈالیں۔

۴- بنفشی رنگ میں دودھ تیار کر کے پلائیں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

۵- نارنجی شعاعوں کا تیل کانوں سے ذرا اوپر سر پر صبح و شام سات سات منٹ مالش کریں۔

مرگی

اسباب

دماغ کے ہر عصبی خلیے کی دیوار میں برقی رو دوڑتی رہتی ہے۔ برقی رو عصبی خلیے کی دیوار میں کسی نامعلوم تحریک سے پیدا ہوتی ہے۔ ایک خلیے میں پیدا ہونے والی برقی رو دوسرے خلیے کو بھی متحرک کرتی ہے۔ انسانی دماغ میں ہر عمل برقی رو سے ہوتا ہے۔ اگر انسان اپنا ہاتھ ہلا رہا ہے تو دراصل اس کے ہاتھ کے عضلات کو دماغی اعصاب کے ذریعہ تحریک مل رہی ہے۔ دماغ میں ہاتھ ہلانے کے لئے مخصوص حصہ کام کر رہا ہے۔ بالکل اسی طرح اگر ہم انسانی جلد کو چھوئیں تو اس جگہ پر ایک برقی رو پیدا ہوتی ہے جو اعصاب کے ذریعہ حرام مغز اور پھر دماغ کے مخصوص حصے میں پہنچ کر تحریک پیدا کرتی ہے اس طرح ہمیں چھونے کا احساس ہوتا ہے۔

مرگی ایسا مرض ہے جس میں کسی نامعلوم یا معلوم وجوہ کی بنا پر دماغ کے کسی بھی حصے میں ایک ابنارمل (Abnormal) طاقتور تحریک پیدا ہوتی ہے۔ اس تحریک کے نتیجے میں مریض کے اندر چھونے دیکھنے سونگھنے کی نادیدہ حس بیدار ہوجاتی ہے۔ مریض غیر اختیاری طور پر کپڑوں سے بھی آزاد ہو سکتا ہے۔ ہاتھوں پیروں میں جھٹکے بھی لگتے ہیں۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

مرگی کو دو بڑی اقسام میں تقسیم کیا گیا ہے۔

۱۔ جزوی مرگی۔ اس میں دماغ کا ایک مخصوص حصہ مرگی کے زیراثر آجاتا ہے۔

۲۔ عمومی مرگی۔ اس میں پورا دماغ مرگی کے زیراثر آجاتا ہے۔

جزوی مرگی کی علامات

چہرے ہاتھ پیر میں سے کسی ایک عضو میں جھٹکے لگنا۔ یہ جھٹکے چند سیکنڈ سے لے کر کئی گھنٹوں پر مشتمل ہوتے ہیں۔ کبھی کبھی مریض کی آنکھیں کسی ایک طرف مڑ جاتی ہیں۔ بعض مریضوں کو آنکھوں کے سامنے دھبے اور رنگ تیرتے ہوئے نظر آتے ہیں۔

بعض لوگوں کو کسی نئی جگہ جا کر ایسا محسوس ہوتا ہے کہ یہ جگہ پہلے سے دیکھی ہوئی ہے جب کہ بعض کو دیکھی ہوئی جگہ اجنبی لگنے لگتی ہے۔ اس قسم کی مرگی میں مریض پریشان دکھائی دیتا ہے اور عجیب عجیب حرکتیں کرتا ہے۔ مثلاً بھاگنا شروع کر دیتا ہے بعد میں اس کو یاد نہیں رہتا کہ دورے کے دوران اس سے کیا حرکات سرزد ہوئی ہیں۔ دورہ تقریباً ۲ یا ۳ منٹ کا ہوتا ہے۔

عمومی مرگی کی علامات

مریض دورہ پڑنے سے پہلے ہیجانی کیفیت میں ہوتا ہے۔ مریض کے ہاتھ مڑ کر اکڑ جاتے ہیں ٹانگیں اکڑ کر سیدھی ہو جاتی ہیں منہ سے ایک چیخ نکلتی ہے اور بے ہوشی طاری ہو جاتی ہے۔ مریض زمین پر گر جاتا ہے۔ اس کی آنکھیں

پھیل جاتی ہیں۔ یہ دورہ ۱۰ سیکنڈ سے ۳۰ سیکنڈ تک رہتا ہے۔ مریض کے چہرے اور ہاتھ پاؤں میں شدید جھٹکے لگتے ہیں۔ مریض اپنی زبان چبا لیتا ہے اور اس کا پیشاب یا پاخانہ نکل جاتا ہے۔ یہ دورہ ایک سے پانچ منٹ تک رہتا ہے۔

دورہ ختم ہونے کے بعد مریض گہری بے ہوشی میں چلا جاتا ہے۔ ہاتھ پیر اور جبڑا ڈھیلا پڑ جاتا ہے۔ ہوش میں آنے پر سردرد پریشانی عضلات میں درد وغیرہ کی علامات ظاہر ہوتی ہیں۔ یہ حالت کچھ منٹ سے کئی گھنٹوں تک طاری رہتی ہے۔

جب خلیوں میں برقی رو کا تصرف ہوتا ہے اور یہ رو کی شکل اختیار کر کے ایک دوسرے سے ٹکراتا ہے تو اس ٹکراؤ سے بے شمار رنگ بنتے ہیں۔ ان رنگوں کا نام ہم وہم یا خیال بھی رکھ سکتے ہیں۔ اور حقیقتاً یہ تمام کیفیات جو ہمارے دماغ پر وارد ہوتی ہیں انہی رنگوں کا تنوع ہے۔ یہ تنوع کہیں اپنی حدوں سے باہر نکلنا چاہتا ہے لیکن باہر نکلنے کا کوئی نہ کوئی راستہ اگر اسے ملے جبھی یہ ممکن ہے کہ باہر نکل سکے۔ ہوتا یہ ہے کہ اتفاق سے ام الدماغ کے اندر بہت سی رو جمع ہو جاتی ہیں اور جمع ہو کر ایک دوسرے کا راستہ روک دیتی ہیں۔ وہ دروازے جو باہر لے جانے یا اندر لانے کا کام کرتے ہیں ان سب میں اتنا ہجوم ہو جاتا ہے کہ باہر آنے یا اندر جانے میں رکاوٹ پیدا ہونے لگتی ہے۔ اگر ایسی حالت میں پانی سامنے آجائے تو اس بند رو کی شعاعیں کئی گنا

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ہوجاتی ہیں جس سے مرگی کا دورہ پڑتا ہے۔ جب تک آنے والے دروازوں میں رو کا ہجوم معمول سے زیادہ رہتا ہے مرگی کا دورہ آدمی کو بے ہوش رکھتا ہے۔ جس وقت دروازے کھل جاتے ہیں مریض ہوش میں آجاتا ہے۔ چونکہ اعصاب مفلوج ہوجاتے ہیں اس لئے حرکت بھی دیر میں ہوتی ہے مریض آہستہ آہستہ اپنی حالت پر آتا ہے۔ پانی پر نظر پڑنے کے علاوہ اور بہت سے حالات ایسے ہوسکتے ہیں جن میں مرگی کا دورہ پڑ سکتا ہے۔ ایسی حالت میں جلد سے جلد دروازوں سے برقی رو کا ہجوم کم ہونا چاہئے۔ اگر دیر تک یہ حالت باقی رہے تو مریض خطرے میں پڑ جاتا ہے۔ (مریض کے گرنے کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ دماغ کی رو اعصاب پر کام کرنا چھوڑ دیتی ہے)۔ اس کا بہت آسان طریقہ یہ ہے کہ سر کو زمین سے ہاتھ پر اٹھا لیا جائے مگر صرف ایک انچ اس سے زیادہ نہیں۔ دو تین مرتبہ سر کو ہلکی جنبش سے ہلایا جائے۔ دورہ ختم ہوجائے گا تاہم آنکھوں کی پتلیوں کی نگرانی کچھ دیر تک کریں تاکہ وہ خلیے جو حافظ سے متعلق ہیں دیکھنے والے کی نگاہوں سے ٹکرائیں۔ اس سے دروازوں میں ہجوم کی رو تیزی سے کم ہوجائے گی۔

مرگی کے مرض کی ایک شناخت یہ بھی ہے کہ پتلیاں اپنی جگہ سے کچھ نہ کچھ اوپر کی طرف ہٹ جاتی ہیں۔

ٹیٹ مال عموی مرگی

یہ بھی عموی مرگی کی ایک قسم ہے جو زیادہ تر بچوں میں ہوتی ہے۔ اس

دورے کے دوران بچے کی حرکات ساکن ہوجاتی ہیں۔ بچہ سامنے گھورنے لگتا ہے۔ پھر آنکھیں جھپکانے اور گھمانے لگتا ہے۔ اس دوران اگر بچے کو مخاطب کیا جائے یا اس کو کوئی حکم دیا جائے تو وہ کوئی جواب نہیں دیتا۔ یہ دورہ چند سیکنڈز پر مشتمل ہوتا ہے۔ کبھی کبھی بچہ زمین پر گر جاتا ہے۔

یہ دورہ ایک دن میں ایک دفعہ سے کئی سو دفعہ بھی ہوسکتا ہے۔ عموماً آٹھ یا نو سال کی عمر کے بعد یہ مرگی ختم ہوجاتی ہے۔

علاج

۱۔ فیروزی رنگ پانی صبح شام استعمال کریں۔

۲۔ سبز رنگ پانی کھانے سے پہلے۔

۳۔ آسمانی رنگ کی روشنی روزانہ پندرہ منٹ تک سر پر ڈالیں۔

۴۔ 12 x 9 انچ شیشے پر آسمانی رنگ پینٹ کروا کر صبح شام دس دس منٹ مریض کو دکھائیں۔

۵۔ گردن کے جوڑ پر اور سر کے پچھلے حصہ پر نیلی شعاعوں کا تیل صبح و شام مالش کریں۔

۶۔ مرگی کے علاج میں معالج کو اس طرف توجہ دینی چاہئے کہ مریض کو قبض نہ ہو اور ہر حال میں نیند پوری ہو۔ ضرورت سے زیادہ دماغ پر بوجھ نہ پڑے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

دماغی ورم

اسباب

دماغ اعصابی خلیوں سے مل کر بنا ہوا ہے۔ ان اعصابی خلیوں کے علاوہ دوسرے سہارا دینے والے خلیے خون کی شریانیں اور وریدیں بھی دماغ میں ہوتی ہیں۔ دماغی ورم زیادہ تر بیکٹیریا اور وائرس کی وجہ سے ہوتا ہے۔

علامات

دماغی ورم کے مریض کو بخار سردرد گردن اکڑنے بے ہوشی گہری غنودگی ہلکی غنودگی کوما وغیرہ کی شکایات ہوتی ہیں۔ جسم کا کوئی حصہ سن ہو سکتا ہے۔ بولنے اور دیکھنے کی حس متاثر ہو سکتی ہے۔

علاج

۱- نیلا رنگ پانی صبح' دوپہر' شام۔

۲- زرد رنگ پانی کھانے سے پہلے۔

۳- سبز رنگ پانی صبح و شام۔

۴- بے ہوشی یا غشی میں آسمانی رنگ کی روشنی پندرہ پندرہ منٹ ہر دو گھنٹے کے بعد مریض کے سر پر ڈالیں۔

۵- کمزوری کی صورت میں سرخ یا نارنجی رنگ پانی صبح و شام استعمال کریں۔

۶- نیلی شعاعوں کا تیل سر پر اور گردن کے جوڑ پر صبح و شام سات سات منٹ تک دائروں میں مالش کریں۔

۷- صاف شفاف سفید 12 x 9 انچ شیشے پر Indigo رنگ پینٹ کرا کے وقفہ وقفہ سے دکھائیں۔

علاج مرض ٹھیک ہونے تک جاری رکھیں۔

گردن توڑ بخار

اسباب

گردن توڑ بخار مختلف بیکٹیریا یا وائرس کی وجہ سے ہوتا ہے جو پہلے خون میں دور کرتے ہیں اور پھر دماغی غلافوں پر جمع ہو کر سوزش کرتے ہیں۔ دماغ میں جب کئی خلاء بن جاتے ہیں اور کسی جگہ برقی رو کا ہجوم ہوجاتا ہے تو کئی قسم کے بخار شروع ہوجاتے ہیں۔ ان بخاروں کی وجہ برقی رو کے ہجوم کا اچانک رنگ بدلنا ہے۔ گردن توڑ بخار میں خلیوں کی جگہ خلاء آ جاتا ہے۔ خلاء میں مخلوط رنگ کی روپانی بن جاتی ہے۔

علامات

مریض بخار سر میں شدید درد گردن اکڑنے طبیعت میں ہیجان سستی غشی اور کنفیوژن میں مبتلا ہوتے ہیں۔ گردن توڑ بخار سے پہلے ناک یا گلے آنے کی کوئی تکلیف ہوتی ہے۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

بعض اوقات پرانے گردن توڑ بخار میں جو کہ ٹی بی کے جراثیم یا آتشک کے جراثیم کی وجہ سے یا دوسری وجوہات کی وجہ سے ہوتا ہے مریض سردرد بخار خراب دماغی کیفیت میں کلینک میں آتے ہیں۔

علاج بہت احتیاط کے ساتھ کرنا چاہئے کیونکہ بے احتیاطی یا پیچیدگی کی صورت میں مریض کی موت واقع ہونے کے امکانات بڑھ جاتے ہیں۔ بے احتیاطی سے یا صحیح علاج نہ ہونے سے کوئی عضو معطل ہوسکتا ہے بینائی ختم ہوسکتی ہے۔

علاج

۱- نیلا رنگ پانی صبح دوپہر شام۔

۲- پرپل رنگ پانی کھانے سے پہلے۔

۳- زرد رنگ پانی صبح و شام۔

۴- غشی اور بے ہوشی کی حالت میں آسمانی رنگ کی روشنی پندرہ پندرہ منٹ تک دن میں چار بار مریض کی پیشانی پر ڈالیں۔

۵- نیلی شعاعوں کا تیل سر پر اور گردن کے جوڑ پر دائروں میں مالش کریں۔

۶- زرد رنگ شعاعوں کا تیل گلے پر اور ناف کے چاروں طرف دائروں میں ہلکے ہاتھ سے مالش کریں۔

فالج

اس مرض میں جسم کا کوئی عضو کام کرنا چھوڑ دیتا ہے۔

اسباب

اس کی وجوہات بہت زیادہ ہیں۔ چند مشہور اسباب مندرجہ ذیل ہیں۔

۱- دماغ کی کسی رگ کا پھٹ جانا یا بند ہوجانا (اسٹروک)۔

۲- خون کی سپلائی بند ہونا یا چوٹ لگنا حرام مغز سے نکلنے والے اعصاب میں خرابی۔

۳- عضلات کی خرابی یا بے ترتیبی۔

دماغ میں سے گزرنے والی رنگین برقی رو کے دوران کاسمک ریز (Cosmic Rays) آجائے اور کم سے کم اپنی جگہ سے چار انچ بائیں طرف ہٹی ہوئی ہو تو اس کا حملہ یک لخت دل پر ہوتا ہے۔ اس طرح کے مریض کے بچ جانے کے امکانات بہت کم ہیں لیکن یہی کوسمک ریز جب دائیں طرف چار انچ ہٹی ہوئی ہو تو برقی نظام تباہ کردیتی ہے۔ یہاں تک کہ کندھے سے پیر تک اس کا اثر ہوتا ہے۔ اس کو فالج کا نام دیا جاتا ہے۔

علامات

اس کی کئی اقسام ہیں۔ بعض افراد میں جسم کا ایک عضو صرف ہاتھ یا پیر متاثر ہوتا ہے۔ بعض اوقات جسم کا نچلا دھڑ متاثر ہوجاتا ہے یعنی دونوں

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ٹانگیں۔ بعض اوقات سر سے جسم کا نصف حصہ مثلاً دایاں ہاتھ دایاں پیر متاثر ہوجاتا ہے۔

علاج

۱- سرخ رنگ پانی صبح وشام

۲- نیلا رنگ پانی دن میں ایک وقت

۳- نارنجی رنگ پانی کھانے سے پہلے

۴- کمر کے جوڑ پر اور گردن کے جوڑ پر نیلے رنگ کی روشنی روزانہ پندرہ منٹ تک ڈالیں۔

۵- کمر کے جوڑ پر اور گردن کے جوڑ پر نیلا تیل ہلکے ہاتھ سے دائروں میں روزانہ صبح وشام مالش کریں۔

۶- متاثرہ عضو پر سرخ شعاعوں کا تیل دائروں میں مالش کریں۔

۷- متاثرہ عضو پر سرخ رنگ کی روشنی روزانہ پندرہ منٹ تک دن میں دو بار ڈالیں۔علاج میں کافی وقت لگ جاتا ہے۔ نتائج مرتب ہونے تک علاج جاری رکھیں۔

سر میں پانی بھر جانا

اسباب وعلامات

دماغ کے اندر جوفی نظام کام کر رہا ہے۔ ان جوفوں میں ایک شفاف مادہ

ایک خاص سمت میں گردش کرتا ہے۔ اس شفاف مادہ کی پیدائش اور جذب ہونے کا عمل ایک خاص تناسب میں ہوتا ہے اگر اس مادہ کی گردش میں (رسولی یا گردن توڑ بخار کی وجہ سے) رکاوٹ پیدا ہوجائے یا اس مادہ کے جذب ہونے کا عمل رک جائے تو مادہ کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔ اس کو دماغ میں پانی بھر جانا کہتے ہیں۔

سر میں شدید درد ہوتا ہے الٹیاں آتی ہیں نظر متاثر ہوجاتی ہے بچوں میں اس بیماری کی وجہ سے سر کا قطر بڑھ جاتا ہے۔

علاج

۱- سفید رنگ پانی صبح وشام۔

۲- نارنجی رنگ پانی صبح وشام کھانے سے پہلے۔

۳- سفید رنگ کی روشنی پندرہ منٹ تک مریض پر ڈالیں۔

۴- دھوپ کے سات رنگوں میں سے ہر رنگ کی روشنی دو دو منٹ تک مریض پر ڈالیں۔ مریض کو لٹا کر کمر پر روشنی ڈالی جائے۔

بل لقوہ

اسباب

دماغ میں بننے والی برقی رو کا تصرف چہرہ میں کسی سمت ہوجاتا ہے تو لقوہ ہوجاتا ہے۔ لقوہ کا تعلق اعصاب سے ہے۔ دماغ کے خلیوں کی درمیانی رو

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

جب ایک طرف زور ڈالتی ہے تو اعصاب کو ٹیڑھا کر دیتی ہے۔ اس کا اثر کانوں آنکھوں ناک اور جبڑے پر پڑتا ہے۔ بعض اوقات ناک کی ہڈیاں بھی ٹیڑھی ہو جاتی ہیں اور جبڑہ کا جو حصہ دانتوں کو سنبھالے ہوئے ہے وہ بھی متاثر ہو جاتا ہے۔ اس برقی رو کا اثر زیادہ تر پیشانی پر ہوتا ہے۔

علامات

لقوہ کے مریض مندرجہ ذیل شکایات و علامات کی نشاندہی کرتے ہیں۔

چہرے یا کان کے اطراف میں درد ہوتا ہے۔ پھر کچھ وقفہ کے بعد آدھے چہرے پر کمزوری محسوس ہوتی ہے۔ منہ ایک طرف کھنچا ہوا محسوس ہوتا ہے۔ اس طرف کی آنکھ کا پپوٹا کمزور ہو کر پوری طرح بند نہیں ہوتا۔ کھانے پینے اور منہ چلانے میں تکلیف ہوتی ہے۔ منہ سے پانی بہتا ہے تھوک باہر گرتا ہے۔ آدھی زبان میں چکھنے کی صلاحیت کم ہو جاتی ہے۔ لقوہ کا مریض ۲ سے ۱۲ ہفتے میں صحیح ہو جاتا ہے۔

علاج

۱- سرخ رنگ کی روشنی پانچ منٹ تک روزانہ چہرہ پر ڈالیں۔

۲- سرخ رنگ پانی صبح و شام۔

۳- نیلا رنگ پانی دوپہر و رات۔

۴- نیلی شعاعوں کا تیل گردن کے جوڑ پر مالش کریں۔

۵- بنولہ کے تیل میں ایک ماہ تک سرخ شعاعیں جذب کر کے باسی روٹی پر چپڑ کر کھانے سے عجیب و غریب نتائج مرتب ہوتے ہیں۔

۶- 9 x 12 انچ شیشہ پر Indigo رنگ پینٹ کروا کر صبح و شام کھانے سے پہلے پندرہ پندرہ منٹ تک دیکھیں۔

شفا ہونے تک علاج جاری رکھیں۔

رعشہ

اسباب

رعشہ کا مطلب ہے عضو کی کپکپاہٹ۔ اس مرض میں زیادہ تر ہاتھ اور گردن میں کپکپاہٹ رہتی ہے۔ بوڑھے اور سن رسیدہ اشخاص "رعشہ" میں زیادہ مبتلا ہوتے ہیں۔

دماغ میں موجود بھورے رنگ کے اجسام (Basal Ganglia) کے افعال میں خرابی کی وجہ سے یہ مرض ہوتا ہے۔

علامات

مریض کے ہاتھ اور پیر ہر وقت کپکپاتے رہتے ہیں (یہ بہت ضروری علامت ہے) اکثر و بیشتر ہاتھوں کا رعشہ مخصوص حرکات کی شکل میں نمودار ہوتا ہے۔ مثلاً اگر آپ مریض کے ہاتھوں کے رعشہ کی طرف دھیان دیں تو آپ کو ایسا لگے گا جیسے مریض تسبیح کے دانے پڑھ رہا ہے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

رعشہ تھکن پریشانی اور فکر سے بڑھ جاتا ہے۔ مریض کی حرکات میں کمی آجاتی ہے اور عضلات اکڑ جاتے ہیں۔ عضلات میں تشنج ہونے کی وجہ سے چہرہ جذبات سے عاری نظر آتا ہے جب کہ رعشہ کی کیفیت نیند میں ختم ہوجاتی ہے۔

علاج

۱- نیلا رنگ پانی صبح دوپہر شام

۲- زرد رنگ پانی کھانے سے پہلے

۳- مریض کو سردی سے محفوظ جگہ آرام دہ بستر پر اندھیرے میں کروٹ سے لٹا کر نیلے رنگ کی روشنی سر پر روزانہ پندرہ منٹ تک ڈالیں۔

۴- کسی ایک نکتہ پر ذہن مرکوز کرنے اور دماغ کو آرام ملنے سے کپکپاہٹ ختم ہوجاتی ہے۔

۵- 9x12 شیشے پر نیلا رنگ پینٹ کرا کر مریض کو دکھایا جائے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

غشی۔ بے ہوشی

اسباب

جسم میں خون کی کمی گلوکوز کی کمی خون زیادہ مقدار میں بہہ جانا اس مرض کی وجوہات ہیں۔ بعض اوقات خوشی یا شدید غم و الم کی خبر سننے سے خوف کی شدت سے اور نازک مزاج ہونے سے بھی غشی کا دورہ پڑتا ہے۔

علامات

دورہ کے وقت مریض کے ہاتھ پیر ٹھنڈے ہوجاتے ہیں۔ سانس رک رک کر اور تنگی سے آتا ہے۔ سر گھومتا ہے آنکھوں کے نیچے اندھیرا آجاتا ہے۔ ٹھنڈے پسینے آتے ہیں اور جسم پسینہ میں شرابور ہوجاتا ہے۔ مریض بے ہوش ہوجاتا ہے مگر کچھ عرصہ بعد ہوش میں آجاتا ہے۔ مریض کو اس وقت قے بھی ہوسکتی ہے۔ مرض کا حملہ اگر خفیف ہو تو صرف جی متلاتا ہے۔ چہرہ کا رنگ پھیکا پڑجاتا ہے۔ پیشانی پر پسینہ کے قطرے نمودار ہوتے ہیں نبض کمزور چلتی ہے۔

علاج

۱- اگر مرض کا سبب گلوکوز کی کمی یا خون کا زیادہ اخراج ہے تو مریض کو فوراً گلوکوز یا خون مہیا کیا جائے۔

۲- سرخ رنگ پانی صبح و شام۔

۳- Apple رنگ کا پانی دوپہر اور رات کو کھانے سے پہلے۔

۴- زرد رنگ پانی کھانے کے بعد۔

سکتہ

اس مرض میں حواس اور جسمانی حرکات معطل ہوجاتی ہیں اور اعضاء اپنے فرائض منصبی ادا نہیں کرتے۔ بصارت سماعت ہاتھ پیر کام نہیں کرتے

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

دماغ میں برقی رو کی گزرگاہیں بند ہو جاتی ہیں۔

اس مرض میں مبتلا ہونے والے مریض بہت کم زندہ رہتے ہیں۔

ٹھنڈی اور مرطوب اشیاء کا استعمال شراب نوشی اور کثرت مجامعت عیش و عشرت کی زندگی ورزش نہ کرنا پیدل نہ چلنا شدید غصہ بہت زیادہ شور گانے زیادہ سننا دماغ پر سردی کا اثر ہونا اس کے اسباب ہیں۔

علامات

نبض تلاش کرنے پر بھی محسوس نہیں ہوتی۔ بہت ضعیف چلتی ہے ہاتھ پیر سرد ہوتے ہیں بے ہوش ہونے کا وقفہ ۵ منٹ سے ۷۲ گھنٹے یا زیادہ ہو سکتا ہے۔ آنکھیں پتھرا جاتی ہیں بعض اوقات سانس کی حرکت محسوس نہیں ہوتی۔ شناخت کا طریقہ یہ بتایا جاتا ہے کہ مریض کے نتھنوں کے قریب باریک دھنکی ہوئی روئی اس طرح رکھی جائے کہ ہوا اور آس پاس کے لوگوں کا سانس روئی کے باریک ذرات کو متحرک نہ کر سکے۔ غور سے دیکھنے پر اگر روئی میں حرکت ہے تو مریض زندہ ہے۔

علاج

مریض کو فوری طور پر ہسپتال میں داخل کرایا جائے اور ڈاکٹروں کی ہدایات پر عمل کیا جائے۔

صبح سویرے بیدار ہو کر کھلی فضا میں ٹہلنا نیند پوری کرنا لیکن ضرورت سے زیادہ نہ سونا۔ غذاؤں میں اعتدال اور احتیاط سے کھانا زود ہضم غذا کھانا

صاف ستھرے ماحول میں رہنا ایسے مکان میں رہنا جس میں صحن ہو یا دھوپ آتی ہو خوش رہنا قناعت کے ساتھ زندگی گزارنا اور نیلے رنگ کی روشنی کا مراقبہ کرنے سے سکتہ کا مرض نہیں ہوتا۔

۱۔ نیلا رنگ پانی صبح دوپہر شام۔

۲۔ شوخ قرمزی رنگ پانی صبح و شام کھانے کے بعد۔

۳۔ مریض کو سرخ رنگ کی روشنی میں رکھیں۔

عرق النساء

اسباب

کسی بھی وجہ سے ریڑھ کی ہڈی سے نکلنے والے اعصاب پر دباؤ پڑے تو یہ بیماری لاحق ہو جاتی ہے لیکن کچھ صورتوں میں ریڑھ کی ہڈی کی رسولی یا فریکچر (Fracture) وجہ بن سکتی ہے۔

عموماً لوگوں کو کسی بھاری بوجھ کے اٹھانے سے یکدم یہ درد شروع ہوتا ہے۔ گردوں میں ریاح جمع ہونے سے بھی یہ مرض ہو جاتا ہے۔ اطباء نے لکھا ہے کہ "عرق النساء" نامی ایک رگ ہے جس میں بلغمی مادہ رک جاتا ہے جو شدید درد کا باعث بنتا ہے۔ کبھی ریاح کی کثرت سے بھی یہ مرض ہو جاتا ہے۔

شکایات و علامات

ٹانگ میں شدید قسم کا درد ہوتا ہے جو کہ کولہے کے جوڑ سے شروع ہو کر

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ٹانگ کے پیچھے اور نیچے کی طرف بڑھتا ہے اور کبھی ٹخنہ اور ایڑھی تک بھی اس کی ٹیسیں پہنچتی ہیں۔ اس درد کی وجہ سے چال میں لنگڑاہٹ پیدا ہوجاتی ہے۔ مریض معمول کے مطابق زمین پر چلنے سے معذور ہوجاتا ہے۔ پیر سن ہونے لگتے ہیں۔ مرض پرانا ہوجائے تو کمر میں خم آجاتا ہے۔ چلنے پھرنے کے لئے مریض کو سہارے کی ضرورت پڑتی ہے۔

عرق النساء کی تشخیص کا سب سے اچھا طریقہ یہ ہے کہ مریض اپنی پشت دیوار سے لگا کر کھڑا ہوجائے اور متاثرہ پیر کو سیدھا کرکے گھٹنا موڑے بغیر اٹھائے۔ اگر وہ ٹانگ زمین کے ساتھ زاویہ قائمہ (نوے درجے کا زاویہ) بنانے لگے تو اس کا مطلب یہ ہے کہ "عرق النساء" نہیں ہے اور اگر پیر اوپر اٹھاتے ہوئے اعصاب میں درد اور کھنچاؤ ہو اور پیر اوپر اٹھانا ممکن نہ ہو خصوصاً ۴۵ درجے زاویہ پر تکلیف شروع ہوجائے تو اس کا مطلب ہے کہ "عرق النساء" کا درد ہے۔ (فریکچر یا رسولی کی وجہ سے درد عموماً فریکچر یا رسولی کے علاج سے ٹھیک ہوجاتا ہے۔)

علاج

۱۔ زرد رنگ پانی صبح و شام۔

۲۔ فیروزی رنگ پانی دوپہر و رات کھانے سے پہلے۔

۳۔ نارنجی رنگ پانی کھانے کے بعد۔

۴۔ سبز شعاعوں کا تیل پوری ٹانگ پر مالش کریں۔

۵۔ نیلی شعاعوں کا تیل کولہوں کے درمیان کمر کے جوڑ پر دائروں کی صورت میں مالش کریں۔

۶۔ سبز شعاعوں کا تیل گردوں کی جگہ دن میں ایک وقت مالش کیا جائے۔

۷۔ زرد شعاعوں کا تیل صبح نہار منہ پیٹ پر ناف کے چاروں طرف مالش کریں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ہارمونز کی بیماریاں

تھائی رائیڈ ہارمونز کی زیادتی

اسباب

۱۔ تھائی رائیڈ غدود کی خودمدافعتی بیماری۔

۲۔ زہریلا گائٹر (Goiter)۔ ایسا گائٹر جو تھائی رائیڈ ہارمونز کی زیادہ مقدار بنائے۔

۳۔ تھائی رائیڈ غدود کا ورم۔

۴۔ آیوڈائیڈ کی زیادتی کی وجہ سے۔

۵۔ تھائی رائیڈ کے کینسر کی وجہ سے۔

۶۔ غدہ نخامیہ (Pituitary Gland) کا زیادہ متحرک ہونا۔

علامات و شکایات

نروس (Nervous) ہوجانا گرمی لگنا دل تیز تیز دھڑکنا ہاتھ پیروں میں رعشہ اچھی غذا کے باوجود وزن میں کمی عضلات کی کمزوری اسہال یا پاخانہ زیادہ آنا۔

علامات

گائٹر (Goiter) گرم چکنی جلد ہاتھوں اور زبان پر ہلکا ہلکا رعشہ نبض کا تیز ہونا آنکھوں کا باہر کو ابلنا پسینہ زیادہ آنا۔

علاج

۱۔ فیروزی رنگ پانی صبح و شام۔

۲۔ سبز رنگ پانی دوپہر و رات۔

۳۔ زرد رنگ پانی صبح و شام کھانے کے بعد۔

۴۔ آسمانی روشنی روزانہ ۳۰ منٹ تک غدود پر ڈالیں۔

۵۔ زرد شعاعوں کا تیل غدود کی جگہ دائروں میں مالش کریں۔

تھائی رائیڈ ہارمونز کی کمی

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

تھائی رائیڈ غدود (Thyroid Gland)

یہ غدہ ہوا کی نالی (Trachea) کے دائیں بائیں اور سامنے ہوتا ہے۔

اس میں سے دو بڑے ہارمونز نکلتے ہیں۔

۱۔ تھائی راکسن (Thyroxine)

ان ہارمونز کو T3 اور T4 بھی کہتے ہیں۔ یہ آیوڈین سے بننے والے ہارمونز ہیں جو دماغی اور جسمانی نشوونما پر اثر انداز ہوتے ہیں۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

۲- کیلسی ٹونن (Calcitonine)

یہ جسم میں کیلشیم کی مقدار کو متوازن رکھنے میں مدد دیتا ہے۔

تھائی رائیڈ ہارمونز کی کمی کے اسباب مندرجہ ذیل ہیں۔

۱- تھائی رائیڈ غدود کی خود مدافعتی بیماری۔
۲- آئیوڈین کی کمی۔
۳- T3 اور T4 بننے کے لئے درکار خامروں (Enzymes) کی کمی۔
۴- غدہ نخامیہ (Pituitary Gland) کی خرابی۔

شکایات

کمزوری تھکن کمزور یادداشت سردی لگنا وزن کی زیادتی قبض بالوں کا گرنا آواز کا بھدا ہوجانا بہراپن دم گھٹنا جوڑوں اور عضلات کا درد ہاتھ پیر سن ہونا سینے میں درد عورتوں میں ایام کی تکالیف (خون کا زیادہ مقدار میں آنا یا زیادہ دنوں تک آنا)۔

علامات

سوکھی اور کھردری جلد آنکھوں کے اطراف سوجن پتلے اور کھردرے بال جلد کا رنگ زرد ہوجانا موٹی زبان گفتگو کا آہستہ ہونا ہائی بلڈ پریشر دل کی دھڑکن کا کم ہوجانا پیٹ میں پانی بھر جانا جلد پر سفید سفید نشانات کا پڑنا اور گائٹر یعنی تھائی رائیڈ غدود کا بڑھ جانا۔

علاج

۱- بنفشی رنگ پانی صبح و شام۔
۲- نارنجی رنگ پانی دوپہر و رات۔
۳- بنفشی رنگ کی روشنی سر پر اور تھائی رائیڈ غدود پر پندرہ منٹ تک ڈالیں۔
۴- زرد شعاعوں کا تیل گائٹر پر صبح و شام پانچ پانچ منٹ ہلکے ہاتھ سے دائروں میں مالش کریں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

نفسیاتی بیماریاں

شیزو فرینیا

اسباب

غلط ماحول جنسی دباؤ نفسیاتی الجھنیں خاندانی جھگڑے ذہنی پریشانی دماغی کشمکش ٹینشن احساس کمتری یا احساس برتری اور کم خوابی سے یہ مرض لاحق ہوجاتا ہے۔

سائنس دانوں کی ریسرچ کے مطابق ایک کیمیاوی مادہ Dopamine دماغ میں جب زیادہ ہوجاتا ہے یا دماغ کے مخصوص حصے اس مادہ کو معمول سے زیادہ محسوس کرتے ہیں تو شیزوفرینیا ہوجاتا ہے۔ اس بیماری کی وجوہات میں Genetics کا کردار بھی بہت اہم ہے۔

علامات

عام طور پر شیزوفرینیا بیس (۲۰) سے تیس (۳۰) سال کی عمر میں شروع ہوتا ہے لیکن یہ بڑی عمر کے لوگوں کو بھی ہو سکتا ہے۔ شیزوفرینیا شروع ہونے

سے پہلے مریض کئی ہفتوں اور کئی مہینوں تک ڈپریشن اعصابی تناؤ اور بے چینی میں مبتلا رہتا ہے۔ ایک ہی خیال دماغ میں گردش کرتا رہتا ہے۔

مریض رفتہ رفتہ لوگوں سے دور ہوجاتا ہے۔ روزمرہ کام کرنے سے جی چراتا ہے۔ ذہن میں عجیب عجیب خیالات آتے ہیں۔ یہاں تک کہ شدید قسم کا دورہ پڑتا ہے۔ مریض کو عجیب عجیب شکلیں دکھائی دیتی ہیں اور ماورائی آوازیں سنائی دیتی ہیں۔ شدید قسم کا وہم ہوجاتا ہے اور سوچ میں خلل پڑ جاتا ہے۔ مریض متضاد باتیں کرتا ہے۔ کوئی بات زمین کی ہوتی ہے اور کوئی آسمان کی۔ دورہ ختم ہونے کے بعد مریض ڈپریشن میں چلا جاتا ہے۔

بعض مریضوں کو زندگی میں صرف ایک بار دورہ پڑتا ہے مگر اکثر کو بار بار دورے پڑتے ہیں اور ہر دورے میں علامات کی شدت میں اضافہ ہوتا رہتا ہے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

شیزوفرینیا مریض میں مندرجہ ذیل علامت پائی جاتی ہے۔

ایسا مریض گفتگو طویل کرتا ہے۔ گفتگو بے معنی ہوتی ہے اور باتوں میں کوئی ربط نہیں ہوتا۔ ایک خاص بات یہ ہے کہ مریض گفتگو کے دوران نئے نئے الفاظ بولتا ہے۔ شکوک و شبہات اور وسوسوں میں مبتلا رہتا ہے۔ مثلاً اسے یقین ہوجاتا ہے کہ لوگ یا خاندان کے افراد اس کو قتل کرنا چاہتے ہیں اس کے کھانے میں زہر ملا رہے ہیں اس پر جادو تعویذ کر رہے ہیں۔ وہ چھپ چھپ کر لوگوں کی باتیں سنتا ہے اس کے ذہن میں یہ بات ہوتی ہے کہ لوگ

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

میرے بارے میں گفتگو کر رہے ہیں۔ میرے خلاف کوئی سازش کی جا رہی ہے۔ کبھی وہ کہتا ہے کہ میری سوچ ساری دنیا میں سنی جا رہی ہے۔ کبھی وہ اس بات پر یقین کرتا ہے کہ میں ساری دنیا کا صدر ہوں۔ وہ سوچتا ہے کہ ٹیلی پیتھی کے ذریعے مجھے معمول بنایا جا رہا ہے۔ ایسا مریض ٹی وی پروگرام یا اخبار کے آرٹیکل کو اپنے لئے اسپیشل پیغام سمجھنے لگتا ہے۔ شیزوفرینیا کے اکثر مریض یہ سمجھتے ہیں کہ شوہر یا بیوی ان کے ساتھ وفادار نہیں ہیں۔ اس بات کا انہیں اتنی شدت سے یقین ہوتا ہے کہ وہ راتوں کو پہرہ دینا شروع کر دیتے ہیں اور الزام تراشی اور مارپیٹ پر اتر آتے ہیں۔ شیزوفرینیا کا مریض بیان کردہ تمام باتوں کو وہم یا شک نہیں سمجھتا۔ آپ دلائل سے ان کو قائل نہیں کر سکتے۔

مریض کو فریب تصور (Hallucination) ہوتا ہے جو کہ بصارت سماعت لمس اور سونگھنے سے متعلق ہو سکتے ہیں۔ مثلاً مریض کو اپنے مرے ہوئے رشتہ دار نظر آتے ہیں مریض کو خوشبو یا بدبو آتی ہے جب کہ ماحول میں دوسرے لوگوں کو نہیں آتی۔ مریض خوشی کا اظہار کرتے کرتے رونے لگتا ہے مریض جذبات سے بالکل عاری ہو جاتا ہے موت کی خبر سن کر یا میت کو دیکھ کر ہنسنے لگتا ہے۔ مریض میں کام کرنے اور مقصد حاصل کرنے کی صلاحیت میں کمی ہو جاتی ہے اور خود اپنی ذات میں گم رہتا ہے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

کیس ہسٹری

جب مسز O اٹھارہ سال کی تھی۔ اس میں شیزوفرینیا کی پہلی علامت ظاہر ہوئی۔ وہ اس احساس میں مبتلا ہو گئی کہ لوگ اسے گھور رہے ہیں۔ پھر اسے یہ خوف اور وسوسہ لاحق ہوا کہ لوگ اس کے متعلق باتیں کرتے ہیں اور اسے نقصان پہنچانے کے درپے ہیں۔ پہلے پہل تو مسز O پر شیزوفرینیا کے حملے وقفے وقفے سے ہوتے تھے اور حملوں کے درمیانی وقفہ میں اس کی ذہانت گرم جوشی آرزوئیں اور امنگیں واپس آجاتی تھیں۔ اس نے جامعہ سے فارغ التحصیل ہو کر شادی کی اور تین بچوں کی ماں بھی بن گئی۔ تیسرے بچے کی پیدائش کے بعد اسے وسوسوں نے پھر آگھیرا اور ۲۸ سال کی عمر میں اسے ہسپتال میں داخل ہونا پڑا۔

۴۵ سال کی عمر میں اس کی بیماری نے طول پکڑا اسے ہر جگہ جانور نظر آنے لگے۔ کبھی کبھی اس کو فرشتے نظر آتے تھے ماورائی آوازیں اسے ڈراتی رہتی تھیں۔

علاج

۱۔ Olive رنگ پانی صبح دوپہر شام استعمال کرایا گیا۔

۲۔ نیلا رنگ پانی صبح و شام کھانے سے پہلے۔

۳۔ سفید رنگ پانی دن میں ایک بار۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

۴- دن میں ایک بار مریض کے سر کے پچھلے حصے پر نیلی شعاعوں کے تیل کی مالش کی گئی۔

۵- دن میں ایک بار مریض کے سر پر پندرہ منٹ کے لئے نیلے رنگ کی روشنی ڈالی گئی۔

چار ماہ کے علاج سے مریضہ ٹھیک ہو گئی۔ دوران علاج کھانوں میں میٹھی چیزیں زیادہ دی گئیں۔ پہلے سے یہ اطمینان کر لیا گیا تھا کہ مریضہ کو شوگر کی بیماری نہیں ہے۔ مریضہ کو 9 x 12 انچ شیشے (Glass) پر نیلا رنگ پینٹ کرا کر وقفہ وقفہ سے دکھایا گیا۔ مریضہ کو چونکہ لو بلڈ پریشر کی شکایت نہیں تھی اس لئے کھانوں میں نمک کی مقدار کم سے کم کر دی گئی۔

ڈپریشن

اسباب

ڈپریشن کی کئی وجوہات ہیں۔ ان میں نشہ آور ادویات کا استعمال اور ان کا اچانک چھوڑ دینا مسلسل بیمار رہنا غم اور پریشانی شامل ہیں۔ سائیکارٹسٹ کہتے ہیں کہ مریض اگر مسلسل تقریباً دو ہفتوں تک اس کیفیت میں رہے تو ڈپریشن کا مرض ہے ورنہ یہ مرض ڈپریشن نہیں ہے۔

علامات

اس بیماری میں مریض افسردہ رہتا ہے۔ افسردگی اور یاسیت کی وجہ سے

زندگی میں دلچسپی کم ہو جاتی ہے۔ تنہا ہو جاتا ہے وزن کم یا زیادہ ہوتا رہتا ہے طبیعت میں بے چینی رہتی ہے سوچنے اور غور کرنے کی صلاحیتوں میں کمی ہو جاتی ہے۔ خودکشی کو جی چاہتا ہے۔

علاج

مرض کی شدت میں۔

۱- Apple رنگ پانی صبح و رات کھانے کے بعد۔

۲- آسمانی رنگ پانی دوپہر کھانے سے پہلے۔

۳- زرد رنگ پانی شام کھانے کے بعد۔

مرض میں شدت نہ ہو تو۔

۱- نیلا رنگ پانی صبح و شام کھانے سے پہلے۔

۲- نارنجی رنگ پانی دوپہر رات کھانے کے بعد۔

۳- زرد رنگ پانی عصر کے بعد۔

جنون

اسباب

جنون کے بارے میں بہت ساری روایات ہیں لیکن کلر تھراپی کے مطابق جب آدمی پر دیوانگی اور جنون کے دورہ کا آغاز ہوتا ہے تو اس میں ہمیشہ ام الدماغ کے اندر "رو" کا ہجوم ہو جاتا ہے اور چونکہ رو کے ہجوم کے لئے

PVL PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

نکلنے کا راستہ نہیں ہوتا اس لئے دباؤ کی بنا پر خلیوں کے اندر کی دیواریں ٹوٹ جاتی ہیں اور راستہ کہیں کہیں سے کھل جاتا ہے۔ اس طرح خلیوں کے اندر رو کی جو ترتیب متعین ہوتی ہے وہ قائم نہیں رہتی۔

جنون کے دورہ میں جینیٹکس غیر صحت بخش غذائیں بھاری ماحول نشہ آور ادویات غلط تربیت پرورش کے غلط طریقے اور نفسیاتی الجھنوں کا عمل دخل زیادہ ہوتا ہے۔ چاند کو زیادہ دیکھنا بھی آدمی کے اندر جنون پیدا کر دیتا ہے۔ زیادہ وظیفے پڑھنے سے بھی شعوری گرفت کمزور ہو جاتی ہے اور رفتہ رفتہ آدمی جنون کی کیفیت میں چلا جاتا ہے۔

علامات

مریض کا موڈ ہیجانی ہوتا ہے۔ زندگی کے کام نہایت عجلت اور جلد بازی سے پورے کرنے کی کوشش کرتا ہے انتہا پسند ہوتا ہے خود کو بڑی شخصیت سمجھنے لگتا ہے کبھی خود کو بادشاہ اور خدا سمجھتا ہے کبھی کروڑ پتی بن جاتا ہے اور خود کو لاکھوں کروڑوں کی جائیداد کا مالک بتاتا ہے۔ خود کو سپرمین کہتا ہے جب کہ بزدل بھی ہوتا ہے۔ بہت زیادہ باتونی ہو جاتا ہے اور بلند آواز میں تیز تیز بولتا ہے۔ بعض اوقات اتنی جلدی جلدی بولتا ہے کہ سمجھنے میں دقت ہوتی ہے۔ مریض کے ذہن میں نئے نئے نظریات آتے ہیں مریض میں ایک نکتہ پر غور کرنے کی صلاحیت بہت کم ہو جاتی ہے۔ مریض خوشی اور دلچسپی کے کاموں کو انتہائی درجہ پر اسرار طور پر انجام دینے کی کوشش کرتا ہے۔ جس کے نتائج

کافی برے ہوتے ہیں۔ مثلاً مریض ایک دن میں لاکھوں روپے کی شاپنگ کر لیتا ہے۔ مریض شوخ قسم کے کپڑے پہنتا ہے۔ ہر بندے سے ہاتھ ملانا اور گلے ملنا شروع کر دیتا ہے۔ کوشش کرتا ہے کہ ہر جگہ نمایاں رہے۔ مریض کے اندر جنسی رجحان بڑھ جاتا ہے نیند کم ہو جاتی ہے۔

مرض کی تشخیص کے لئے اس بات پر توجہ دینا ضروری ہے کہ مندرجہ علامات کم سے کم ایک ہفتہ تک موجود رہیں۔ ایسا ممکن ہے کہ مریض میں کسی وقت جنون اور دوسرے وقت میں یاسیت کی کیفیت کا غلبہ ہو۔ ایسی صورت کو "دو رخی بیماری" کہا جاتا ہے۔ جنون کے دورہ کی مدت تین مہینے تک قائم رہ سکتی ہے۔

کیس ہسٹری

۲۰ سال کا ایک طالب علم بہت زیادہ باتونی ہو گیا۔ ہر وقت لوگوں کے ہجوم میں رہنا پسند کرنے لگا۔ اس کی نیند کم ہو گئی کہتا تھا میں بادشاہ ہوں۔ ساری کائنات میرے اشارے پر ناچتی ہے۔ مجھے پیغمبری سے نوازا گیا ہے۔ میرے پاس لاکھوں روپے ہیں اگر کوئی اسے ٹوکتا تو لڑنے مرنے پر آمادہ ہو جاتا تھا۔ سخت سردی میں زیر جامہ پہن کر گھومتا تھا۔ بازار میں ہر ایک کو سلام کرتا اور گرم جوشی کے ساتھ گلے لگا لیتا تھا۔ جیب سے زیادہ خریداری کرتا اور ادھار بھی لے آتا تھا۔ تیز آواز میں گاتا تھا یا ہر وقت گانے سنتا رہتا تھا۔ شعر و شاعری کی طرف بھی اس کا بڑا رجحان تھا۔ گھنٹوں شطرنج کھیلتا خود کو ہر

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

فن میں ماہر سمجھنے لگا وہ سمجھتا تھا کہ اس کی آواز دنیا میں سب سے اچھی ہے۔ پوچھنے پر بتایا کہ امریکہ اور پاکستان کے بڑے بڑے لوگوں سے اس کے تعلقات ہیں اور وہ صرف ایک ٹیلی فون پر اس کا کام کر دیتے ہیں۔

علاج

۱۔ فیروزی رنگ پانی صبح دوپہر شام۔

۲۔ سفید رنگ پانی دن میں ایک بار۔

۳۔ زرد رنگ پانی دونوں وقت کھانے سے پہلے

۴۔ سر پر روزانہ پندرہ منٹ کے لئے آسمانی رنگ کی روشنی ڈالی گئی۔

۵۔ سر کے پچھلے حصہ پر آسمانی تیل کی مالش کرائی گئی۔

۶۔ مریض کے کمرے میں نیلے رنگ کا بلب روشن رکھنے کی ہدایت کی گئی۔

۷۔ مریض کو نیلے رنگ کے ریشمی کپڑے پہنائے گئے۔

۸۔ تین وقت خالص شہد کھلانے کی تاکید کی گئی اس کے ساتھ ساتھ یونانی طب کا سہارا لیا گیا۔

پاگل پن

اسباب

دیکھئے جنون اور شیزوفرینیا۔

علامات

اس مرض میں جنون اور شیزوفرینیا دونوں کی خصوصیات پائی جاتی ہیں۔ مریض کبھی ایک بات کرتا ہے کبھی دوسری بات کرتا ہے لڑنے مرنے پر آمادہ رہتا ہے نیند غائب ہوجاتی ہے گھر سے بھاگ جاتا ہے توڑ پھوڑ کرتا ہے کپڑے پھاڑ دیتا ہے خود بخود ہنستا رہتا ہے اپنے ساتھ باتیں کرتا ہے گانے گاتا ہے کبھی ہنستا ہے کبھی روتا ہے۔

علاج

۱۔ قرمزی رنگ پانی صبح دوپہر شام استعمال کریں۔ افاقہ ہونے کی صورت میں صبح و شام استعمال کریں۔

۲۔ سفید رنگ پانی دن میں ایک بار۔

۳۔ مریض کے سر پر دن میں دو بار پندرہ منٹ تک آسمانی رنگ کی روشنی ڈالیں۔

۴۔ آسمانی شعاعوں کے تیل سے دن میں ایک بار سر کے پچھلے حصہ پر مالش کریں۔

۵۔ نیلے رنگ پانی میں گدیاں بھگو کر سر کے درمیانی حصہ پر پندرہ منٹ تک رکھیں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

نسیان

اسباب

عام طور پر عمر کے ساتھ ساتھ تھوڑی بہت یادداشت کمزور ہو جاتی ہے۔ یہ کوئی خطرناک بات نہیں ہے لیکن اگر یادداشت بہت زیادہ متاثر ہو جائے تو اس کی مندرجہ ذیل وجوہات ہو سکتی ہیں۔ اس بیماری کو نسیان (Dementia) کہتے ہیں۔

۱- سر کی چوٹ
۲- وٹامن B6 کی بہت زیادہ کمی
۳- بڑھاپے یا ضعیفی کی وجہ سے
۴- دماغ میں دوران خون میں کمی
۵- کینسر رسولی وغیرہ
۶- نشہ آور چیزوں کا استعمال
۷- بہت زیادہ مصروفیت کسی ایک شعبہ میں انتہا درجہ دلچسپی
۸- غم و غصہ کی زیادتی
۹- دن کے وقت زیادہ سونا
۱۰- رنج و فکر
۱۱- دائمی نزلہ یا زکام
۱۲- گرم اشیاء کا بکثرت استعمال

علامات

مریض پرانی باتیں بھول جاتا ہے اسے وقت کا احساس نہیں رہتا صبح شام کی پہچان نہیں رہتی۔ بچوں کے نام اور تعداد یاد نہیں رہتی۔ بیماری بڑھ جائے تو کپڑوں کی پاکی ناپاکی کی پروا نہیں ہوتی۔ بول و براز کپڑوں میں کر دیتا ہے۔ چیزوں کی پہچان ختم ہو جاتی ہے حسی اعضاء آنکھ ناک کان جلد بالکل صحیح کام کرتے ہیں لیکن اگر آپ اسے گلاس دکھائیں اور پوچھیں یہ کیا ہے؟ وہ جواب نہیں دے سکے گا یا گلاس کی بجائے کسی اور چیز کا نام بتائے گا۔

مریض جو کچھ دیکھتا یا سنتا ہے وہ بھول جاتا ہے۔ سنی ہوئی باتیں یا دیکھی ہوئی شکلیں سوچنے سے بھی یاد نہیں آتیں۔ اعلیٰ صلاحیتیں مثلاً پلاننگ پروگرامنگ وغیرہ متاثر ہو جاتی ہیں۔ چیزیں رکھ کر بھول جاتا ہے۔ وعدہ کر کے اسے یاد نہیں رہتا مخصوص چیزوں کے علاوہ اور سب چیزیں بھول کے خانہ میں جا پڑتی ہیں۔

دماغ میں چند ہزار خلیے بے ترتیب ہو جاتے ہیں۔ ایسا ممکن نہیں ہے کہ ہر شخص کے ساتھ اس قسم کے واقعات پیش نہ آئے ہوں۔ یہ کوئی بیماری نہیں ہے مگر بار بار ایسا ہونے سے بیماری بن جاتی ہے۔ اس بیماری میں حافظہ بہت زیادہ کمزور ہو جاتا ہے۔

علاج

۱- سر کی چوٹ کی صورت میں نیورو سرجن سے رجوع کیا جائے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

۲- نشہ آور چیزوں کا استعمال بند کردیا جائے۔

۳- کینسر کے لئے کینسر کا علاج دیکھیے۔

باقی تمام وجوہات کے لئے مندرجہ ذیل علاج کریں۔

۱- نیلا رنگ پانی صبح و شام۔

۲- زرد رنگ پانی کھانے سے پہلے۔

۳- سرخ رنگ پانی کھانے کے بعد۔

۴- سبز رنگ پانی ناشتہ کے بعد اور سوتے وقت۔

۵- نکلتے سورج کے سامنے تین منٹ تک مریض کو بٹھائیں۔

ڈراؤنے خواب

اس بیماری میں مریض کو خواب میں خوفناک اور ڈراؤنی صورتیں دکھائی دیتی ہیں اور وہ گمان کرتا ہے کہ کسی نے اسے اوپر سے گرا دیا ہے یا کوئی اس کے سینہ پر چڑھ کر بیٹھ گیا ہے۔

اسباب

یہ مرض اکثر معدہ کی خرابی اور بدہضمی سے ہوتا ہے۔ کھانا کھا کر فوراً سونا خصوصاً چت لیٹنے سے اور بعض دفعہ سینے کے عضلات اور آنتوں میں تشنج پیدا ہونے سے ہوتا ہے۔

علامات

مریض کو خوفناک خواب نظر آتے ہیں اور ایسا معلوم ہوتا ہے کہ کسی بھاری بوجھ کے نیچے دبا ہوا ہے۔ اس کا دم گھٹنے لگتا ہے۔ وہ بول سکتا ہے نہ حرکت کر سکتا ہے۔ اسی حالت میں وہ خواب میں چونک کر نیند سے بیدار ہوجاتا ہے۔ جاگنے پر دم گھٹنا موقوف ہوجاتا ہے لیکن گھبراہٹ موجود رہتی ہے۔ سانس تیز تیز لیتا ہے بعض مریض پسینہ میں شرابور ہوتے ہیں۔

علاج

۱- مرہم زرد یا زرد شعاعوں کا تیل پیٹ پر صبح نہار منہ اچھی طرح مالش کریں۔

۲- نیلا رنگ پانی صبح و شام۔

۳- زرد رنگ پانی دوپہر و رات کھانے کے بعد۔

۴- سبز رنگ پانی رات کھانے سے پہلے۔

۵- نیلی شعاعوں کا تیل انگوٹھے سے آہستہ آہستہ انگلیوں کے پوروں پر Massage کریں۔

نیند نہ آنا

اسباب

اس کا سب سے بڑا سبب دماغ میں خشکی ہے۔ گرم غذاؤں کا بکثرت

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

استعمال جسم میں صفرا کی زیادتی رنج و غم کی کثرت ذہنی انتشار تفکرات بلڈ پریشر کی زیادتی دائمی قبض بدہضمی منشیات اور چائے کی کثرت بھی اس مرض کا باعث ہے۔

علامات

مریض رات بھر پہلو بدلتا رہتا ہے لیکن نیند نہیں آتی۔ طبیعت نہایت بے چین اور مضطرب رہتی ہے۔ ناک کے نتھنے خشک ہوجاتے ہیں۔ پیاس زیادہ لگتی ہے۔ سر گرم ہوتا ہے۔ صفرا کی زیادتی سے ہو تو چہرے کا رنگ زرد ہوجاتا ہے اور منہ کا مزا کڑوا ہوتا ہے۔ دل کی دھڑکن تیز ہوجاتی ہے۔

علاج

۱۔ فیروزی رنگ پانی صبح و شام اور افاقہ ہونے کی صورت میں صرف رات سوتے وقت استعمال کریں۔

۲۔ زرد رنگ پانی کھانے سے پہلے۔

۳۔ کچی گھانی کے تلوں کے تیل میں نیلی شعاعیں جذب کر کے روزانہ انگلیوں کے پوروں سے سر کے پچھلے حصہ میں مالش کریں۔

۴۔ روغن کدو اور روغن کاہو میں آسمانی شعاعیں جذب کر کے انگلیوں کے پوروں سے سر کے بیچ میں مالش کریں۔

۵۔ صفرا کی زیادتی سے نیند نہ آئے تو گھڑی دیکھ کر دو منٹ تک پختہ سالم لیمو کنپٹی پر ملائم ہاتھ سے ملیں۔

ہسٹیریا

اسباب

زندگی گزرنے کے ساتھ ساتھ انسانی حافظہ کے دو رخ بن جاتے ہیں۔ ایک رخ کے نقوش گہرے ہوتے ہیں اور وہ انسان کو یاد رہتے ہیں۔ دوسرے رخ کے نقوش ہلکے ہوتے ہیں وہ انسان کو یاد نہیں رہتے۔ زندگی میں گزرے ہوئے وہ حالات و واقعات جن کو انسان بھلا دینا چاہتا ہے مثلاً غم خوف پریشانیاں وغیرہ شعور کے دوسرے رخ میں ریکارڈ ہوجاتی ہیں۔ شعور کے اس دوسرے رخ کو نفسیات دان لاشعور کہتے ہیں۔ شعور اگر طاقتور ہے تو حافظہ کا دوسرا رخ پریشانی کا باعث نہیں بنتا۔ لیکن شعور اگر طاقتور نہیں ہے تو ذہن پر خوف بار بار ابھرنے لگتا ہے چونکہ انسان ان باتوں کو دوبارہ یاد کرنا نہیں چاہتا اس لئے شعور پر دباؤ زیادہ ہو جاتا ہے۔ جسم پر اس کا اثر پڑتا ہے اور مختلف علامات کی صورت میں ظاہر ہوتا ہے۔ ان ہی مختلف علامات کے تحت مرتب ہونے والے اثرات کو ہسٹیریا کہتے ہیں۔

علامات

۱۔ مریض کا یکدم چپ ہوجانا۔

۲۔ ہاتھ پیروں کا اس طرح بیکار ہونا کہ محسوس ہو کہ دماغ پر فالج کا اثر ہو گیا ہے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

۳- چلتے وقت جسم میں جھول آنا اور چال میں توازن قائم نہ رہنا۔

۴- ہاتھ پیر یا سر میں جھٹکے لگنا (یہ جھٹکے مرگی سے مشابہ ہوتے ہیں)۔

۵- عارضی طور پر نظر ختم ہو جانا۔

۶- بعض اوقات مریض اپنا نام پتہ اور گھر بھول جاتا ہے۔

۷- بے سروپا باتیں کرنا۔

کیس ہسٹری

مسز R کی نئی نئی شادی ہوئی۔ ان کے شوہر سعودی عرب چلے گئے۔

مسز R کی پچھلی زندگی بڑی پریشانی میں گزری تھی۔ صرف ان کی والدہ اور ایک بہن حیات تھیں۔ شروع میں شوہر کے خطوط آتے رہے پھر لڑائی جھگڑے شروع ہو گئے ہوتے ہوتے یہ سلسلہ یہاں تک پہنچا کہ گھر کے ایک فرد نے ان کے شوہر کو خط لکھا کہ ان کی بیوی کا رویہ گھر والوں کے ساتھ ٹھیک نہیں ہے اور ہمیں شک ہے کہ وہ آپ کے ساتھ وفادار نہیں ہے۔ اس کے بعد شوہر نے بیوی کو خطوط لکھنا بند کر دیے۔ جب مسز R کو صورت حال کا علم ہوا تو ان کو شدید خوف لاحق ہوا کہ کہیں شوہر طلاق نہ دیدے۔ اس خوف سے بیوی کی زندگی تاریک ہوگئی اور بینائی چلی گئی۔ بعد میں شوہر کو صحیح صورت حال کا علم ہوا تو اس نے دوبارہ خط و کتابت شروع کر دی اور نتیجہ میں مسز R کی بینائی واپس آگئی۔

علاج

۱- صبح و شام آسمانی رنگ کی روشنی مریض کی پیشانی پر پندرہ منٹ تک ڈالی گئی۔

۲- Apple رنگ پانی صبح و شام دونوں وقت کھانے سے پہلے۔

۳- زرد رنگ پانی کھانے کے بعد۔

۴- آسمانی رنگ پانی دوپہر و رات کھانے کے بعد۔

۵- تلوں کے تیل میں نیلا رنگ چالیس دن تک جذب کر کے سر میں روزانہ مالش کرائی گئی۔

خوف اور دہشت

علامات

اس مرض میں مریض پر اچانک دہشت طاری ہو جاتی ہے۔ دہشت میں اس کا دل تیز تیز دھڑکنے لگتا ہے۔ جسم پسینے سے شرابور ہو جاتا ہے۔ دم گھٹتا ہے سانس رک رک کر آتا ہے سینے میں درد ہوتا ہے متلی ہوتی ہے پیٹ میں درد ہو سکتا ہے مریض بے ہوش ہونے لگتا ہے ہاتھ پیر سن ہو جاتے ہیں سردی یا گرمی لگتی ہے ہاتھ پیر کانپنے لگتے ہیں مریض مذکورہ کیفیات سے گزرتا ہے تو سمجھتا ہے کہ وہ پاگل ہو رہا ہے یا مر رہا ہے۔

یہ کیفیت بار بار ہوتی ہے۔ دوروں کے درمیانی وقفہ میں مریض بالکل

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

صحیح ہوتا ہے لیکن اس کے دل میں یہ خوف ہوتا ہے کہ پھر دورہ پڑ جائے گا۔ مریض پر موت کا خوف مسلط ہوجاتا ہے بہت زیادہ پریشانی کی وجہ سے یا کسی سبب کے بغیر بھی دورہ پڑجاتا ہے۔ ایسا بھی ہوتا ہے کہ دن میں چار پانچ مرتبہ مریض دورہ کی زد میں آجاتا ہے۔

علاج

۱۔ فیروزی رنگ پانی صبح دوپہر رات۔

۲۔ سبز رنگ پانی ناشتہ کے بعد۔

۳۔ نظام ہضم بحال کرنے کے لئے زرد پانی دونوں وقت کھانے سے پہلے۔

۴۔ رات کو کھلے کمرہ میں جہاں ہوا ہو دس سے پندرہ منٹ سر پر نیلی روشنی ڈالیں۔

۵۔ مریض جس کمرے میں سوتا ہو وہاں سرخ نیلے اور سبز رنگ کے کاغذ یا ریشمی کپڑے کی دو دو انچ پٹیاں اس طرح لٹکائیں کہ سوتے وقت ان پر مریض کی نظر پڑتی رہے اور مریض اپنے ارادے سے انہیں دیکھے۔

فوبیا

اسباب و علامات

یہ ایک ایسی بیماری ہے جس میں مریض کو عام زندگی میں پیش آنے والے واقعات اور عام زندگی میں کیے جانے والے اعمال میں سے کسی ایک یا

ایک سے زیادہ اعمال سے خوف آنے لگتا ہے۔ مریض یہ سمجھتا ہے کہ اگر میں یہ عمل کروں گا تو لوگ مجھ پر ہنسیں گے اور جب مریض سے کہا جاتا ہے کہ تم یہ کام کرو تو وہ پریشان ہوجاتا ہے۔ مریض کو اس بات کا احساس ہوتا ہے کہ میری پریشانی غیر ضروری ہے لیکن اس کے باوجود وہ ڈرتا رہتا ہے اور سوشل زندگی سے دور ہوجاتا ہے۔

مخصوص فوبیا

یہ مرض مخصوص چیزوں (مثلاً لال بیگ چھپکلی سانپ) مخصوص اعمال (مثلاً لفٹ میں سفر کرنا اسکوٹر یا جہاز کی سواری اونچی جگہوں پر جانا) اور مخصوص صورت حال (مثلاً زور دار دھماکہ ہونا لڑائی جھگڑا دیکھنا بہتا ہوا خون دیکھنا) کی وجہ سے لاحق ہوتا ہے۔

اس مرض کا تعلق دل کی کمزوری سے بھی ہوتا ہے۔ ماحول میں بے یقینی اور شک زیادہ ہونے سے بھی فوبیا ہوجاتا ہے۔ بے یقینی کا یہ عالم ہوتا ہے کہ مریض ہر چیز کو شک کی نظر سے دیکھتا ہے اور ہر بات کا منفی پہلو سامنے آتا ہے۔ وہ قریب ترین لوگوں کو اپنا مخالف اور دور پرے کے لوگوں کو اپنا ہمدرد سمجھنے لگتا ہے۔

علاج

۱۔ نارنجی رنگ پانی صبح و شام۔

۲۔ نارنجی رنگ روشنی دن میں ایک بار سر پر پندرہ منٹ تک ڈالیں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

۳- سرخ رنگ پانی رات کو سوتے وقت۔

۴- فیروزی رنگ پانی دوپہر و رات۔

۵- ایک چھوٹی ٹوکری میں نارنگیاں بھر کر کمرے میں ایسی جگہ رکھیں جہاں بار بار نگاہ پڑتی رہے۔ روزانہ صبح اٹھ کر نارنگیوں کو دس منٹ تک دیکھیں۔ اس کے بعد ایک بڑے آئینہ کے سامنے تن کر کھڑے ہو جائیں اور اپنے سراپا پر ٹکٹکی باندھ کر دیکھیں۔ دو تین منٹ تک آہستہ آہستہ دل میں یہ الفاظ اس طرح دہرائیں کہ اس کی Echo دماغ میں سنائی دے۔

"ہر چیز دلفریب اور خوشگوار ہے۔ میں کسی سے کمتر نہیں ہوں جو چاہوں وہ کر سکتا ہوں۔"

یہ عمل کرنے کے بعد چند منٹ تک کمرے میں چہل قدمی کریں اور آئینہ کے سامنے کھڑے ہو کر پھر یہی عمل دہرائیں۔

اگر نارنگیوں کا موسم نہ ہو تو چھوٹی Ping Pong گیند پر نارنجی رنگ پینٹ کرا کے ٹوکری میں بھر لیں۔

تکرار خیال اور تکرار عمل

علامات

یہ ایسی نفسیاتی بیماری ہے جس میں مریض کے ذہن میں بار بار ایک ہی

خیال آتا ہے۔ مریض اس خیال کو نظرانداز کرنے کی کوشش کرتا ہے تو پریشانی مسلط ہو جاتی ہے۔ اعصاب میں تناؤ پیدا ہو جاتا ہے۔

اس تکرار خیال کے نتیجے میں مریض ایک ہی عمل بار بار دہراتا ہے۔ بار بار ہاتھ دھوتا ہے بار بار چٹخنی لگاتا ہے بار بار دعا کرتا ہے کچھ گنتا ہے تو بار بار شمار کرتا ہے کچھ پڑھتا ہے تو پڑھتا ہی رہتا ہے کوئی ورد کرتا ہے تو ہر وقت زبان پر وہی ورد رہتا ہے۔ مریض کو اس بات کا احساس ہوتا ہے کہ یہ خیالات کسی بیرونی ایجنسی (Agency) یا شخص کی طرف سے نہیں ہیں بلکہ اس کے اپنے دماغ میں پیدا ہو رہے ہیں اور یہ تکرار خیال اور تکرار عمل غیر فطری اور غیر ضروری ہے لیکن وہ اپنے آپ کو کنٹرول نہیں کر سکتا۔

علاج

۱- فیروزی رنگ پانی دوپہر و رات کھانے کے بعد۔

۲- آسمانی رنگ پانی صبح و شام۔

۳- دن میں ایک مرتبہ آسمانی روشنی تالو پر پندرہ منٹ تک ڈالیں۔

۴- مریض کو تکرار عمل سے بار بار روکا جائے اور اسے یہ باور کرایا جائے کہ بار بار ایک عمل کرنا یا بار بار ہاتھ دھونا بیماری ہے۔

۵- نرگس کے پھولوں کا گلدستہ ہر تیسرے روز کمرے میں رکھا جائے۔

۶- مقوی دل اور مقوی دماغ دوا کھلائی جائے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

نوٹ۔ اس سلسلہ میں عظیمی دواخانہ کی دوا قرص مقوی دماغ حب جدوار اور سچے موتیوں کا خمیرہ مفید ثابت ہوا ہے۔

ٹینشن کی وجہ سے سردرد

زیادہ غصہ کرنے اور اعصابی تناؤ سے سر کے پچھلے حصہ میں سردرد شروع ہو کر پورے سر میں پھیل جاتا ہے۔ اگر یہ درد بار بار ہو تو مستقل مرض بن جاتا ہے۔ دورے کے وقت سر میں ہڈیاں اور رگیں تنی ہوئی محسوس ہوتی ہیں۔ ایسا لگتا ہے جیسے سر جکڑ لیا گیا ہے یا سر کو کسی شکنجہ میں ڈال دیا گیا ہے۔ اونچی آواز بہت زیادہ اونچی سنائی دیتی ہے اور آواز چوٹ کی طرح محسوس ہوتی ہے۔ زیادہ زور سے سر ہلنے پر آنکھوں کے سامنے شرارے ناچتے ہیں۔

علاج

۱۔ سبز رنگ پانی صبح دوپہر شام۔

۲۔ نیلا رنگ پانی کھانے سے پہلے۔

۳۔ زرد رنگ پانی کھانے کے بعد۔

۴۔ صبح شام رات سبز رنگ ریشمی کپڑے کو پیروں سے ملیں۔

۵۔ آسمانی رنگ تلوں کا تیل سر میں جذب کریں۔ مالش ہلکے ہاتھ سے کی جائے۔ دورہ کی صورت میں آسمانی رنگ کی روشنی پانچ سے دس منٹ تک سر پر ڈالیں اور پھر ہرے رنگ کی روشنی تین منٹ تک ڈالیں۔

۶۔ مریض وقت ضائع نہ کرے پھول پھلواری لگانے میں وقت لگائے۔

۷۔ مختلف رنگوں کے پھولوں کا گلدستہ کمرے میں میز پر سجائے۔

۸۔ روزانہ صبح سیر کرے۔

۹۔ شعر و شاعری اور دیگر فنون لطیفہ میں دلچسپی لے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

جلد کے امراض

جلد میں تین پرت ہوتے ہیں۔ ایک نہایت نازک اور ایک دبیز نازک پرت کے متاثر ہوجانے سے موتی جھرہ وغیرہ کے امراض ہوتے ہیں اور دبیز پرت کے متاثر ہونے سے داد چنبل پھوڑے اور پھنسیاں وغیرہ نکلتے ہیں۔

جسم میں تین قسم کی برقی رو دوڑتی رہتی ہے۔ ان میں سے ایک رو جلد کے پہلے اور دوسرے حصہ کو قطعی متاثر نہیں کرتی۔ دوسری رو صرف دوسرے پرت کو متاثر کرتی ہے پہلے پر اثر نہیں ڈالتی۔ تیسری رو صرف پہلے پرت پر اثر ڈالتی ہے۔ اس مناسبت سے مرض میں شدت یا کمی واقع ہوتی رہتی ہے۔ برقی رو کے تاثر سے پیدا ہونے والے امراض اکثر لگتے ہیں۔

جب سورج کی روشنی کے ذریعہ برقی رو جتنی کہ جسم پر پڑنی چاہئے اتنی نہیں پڑتی بلکہ اس میں زیادتی ہوجاتی ہے تو جلد کے تیسرے پرت سے جلدی امراض شروع ہوتے ہیں مثلاً چیچک وغیرہ۔

اگر اعتدال کے ساتھ کمی ہوتی ہے تو جلد کے دوسرے پرت سے امراض شروع ہوتے ہیں جیسے خسرہ وغیرہ۔

اگر دھوپ جسم تک کم مقدار میں پہنچتی ہے تو جسم کے پہلے پرت سے جلدی امراض شروع ہوتے ہیں جیسے موتی جھرہ وغیرہ۔

سیاہ داغ

اسباب

دھوپ کی تمازت زیادہ گرمی ماہانہ نظام کی خرابی فساد خون اور حمل کے دوران یہ مرض لاحق ہوتا ہے۔

علامات

چہرے پر چھوٹے چھوٹے بھورے رنگ کے سیاہی مائل داغ پڑ جاتے ہیں۔ یہ داغ ہاتھوں کی پشت پر بھی نمایاں ہوتے ہیں۔ کبھی غائب ہوجاتے ہیں کبھی ہلکے سیاہ رنگ میں سیاہ رنگ غالب ہوجاتا ہے۔ ان سیاہ داغوں کی وجہ سے چہرہ کی خوبصورتی متاثر ہوتی ہے اور چہرہ اچھا نہیں لگتا۔

علاج

۱۔ نیلا رنگ پانی صبح و شام۔

۲۔ سبز رنگ پانی دوپہر و رات۔

۳۔ زرد رنگ پانی دوپہر کھانے کے بعد۔

۴۔ ناف کے مقام پر پانچ منٹ گلابی روشنی ڈالیں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

۵- دس دس منٹ کیلئے وقفہ وقفہ سے نیلی اور سبز رنگ روشنی چہرہ پر ڈالیں۔

۶- ماہانہ نظام میں خرابی ہو تو کولہوں کے جوڑ پر نیلی شعاعوں کا تیل اور ناف کے چاروں طرف جامنی شعاعوں کا تیل مالش کریں۔ اگر نیلی شعاعوں اور جامنی شعاعوں کا تیل استعمال کیا جائے تو گلابی رنگ کی روشنی نہ ڈالیں۔

کیل۔ مہاسے

اسباب

یہ مرض جوانی میں زیادہ ہوتا ہے۔ خون کی گرمی ہاضمہ کا فتور گرم غذاؤں کا زیادہ استعمال حیض میں کمی سے چہرے پر کیل مہاسے نکل آتے ہیں۔ کبھی کبھار حمل کے دنوں میں بھی یہ مرض ہوجاتا ہے۔ میلا کچیلا رہنے لباس اور چہرہ صاف نہ رکھنے ثقیل اور Unhygienic غذائیں کھانے سے بھی کیل مہاسے نکل آتے ہیں۔

علامات

اس مرض میں چھوٹے نوکیلے دانے چہرے گردن یا سینہ پر پیدا ہوتے ہیں۔ جب یہ دانے پک جاتے ہیں تو ان میں سے کیل نکل آتے ہیں اور تھوڑی سی پیپ بھی خارج ہوتی ہے۔ جب چکنائی پیدا کرنے والے غدود کی

رطوبت بند ہوجاتی ہے تب بھی کیل نکل آتے ہیں۔

علاج

۱- فیروزی رنگ پانی صبح و شام۔

۲- زرد رنگ پانی دوپہر و رات۔

۳- 12 x 9 انچ شیشے پر آسمانی رنگ پینٹ کروا کر صبح ناشتہ سے پہلے ۱۰ منٹ تک دیکھیں۔

۴- رحم کے کسی مرض کی وجہ سے کیل مہاسے نکلتے ہوں تو قرمزی رنگ صبح شام دیں۔

۵- جوان لڑکیوں کے چہرہ پر اکثر کیل دانے نکلتے ہیں ان دانوں میں خارش ہوتی ہے پیپ کی کیل بن جاتی ہے۔ دانوں کو توڑ کر کیل (Pus) نہیں نکالنی چاہیے۔ اس عمل سے چہرہ پر داغ پڑ جاتے ہیں جو دوا سے ٹھیک نہیں ہوتے۔ سرخ شعاعوں کا تیل داغوں کے اندر جذب کرنے سے داغ ختم ہوجاتے ہیں۔

گرمی دانے

اسباب

شدید گرمی بہت گرم کپڑے پہننا گرم اشیاء زیادہ کھانا حبس کی وجہ سے پسینہ آنا زیادہ دیر تک دھوپ میں رہنا اور آگ کے سامنے زیادہ تر بیٹھنے یا

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

کھڑے ہونے سے گرمی دانے نکلتے ہیں۔

علامات

مسامات میں سے Acidity خارج ہونے سے جسم پر چھوٹے چھوٹے دانے نکل آتے ہیں۔ کبھی یہ دانے الگ الگ ہوتے ہیں اور کبھی ان دانوں کا گچھا بن جاتا ہے۔ گرمی دانے مرجھاتے رہتے ہیں اور روزانہ نئے دانے نکلتے رہتے ہیں۔ یہ دانے کبھی سرخ اور کبھی سفید ہوتے ہیں۔ ان میں ایسی جلن اور چبھن ہوتی ہے جیسے سوئیاں چبھو دی گئی ہوں۔ مریض بے چین ہوجاتا ہے۔

علاج

۱۔ آسمانی رنگ پانی صبح وشام۔

۲۔ سبز رنگ پانی دونوں وقت کھانے سے پہلے۔

۳۔ سفید رنگ پانی دن میں ایک بار۔

۴۔ پانی کو صاف برتن میں صبح دس بجے سے دو بجے تک کھلی دھوپ میں رکھیں۔ پانی ٹھنڈا ہونے پر غسل کریں۔ پانی کو ٹھنڈا کرنے کے لئے برف استعمال کی جا سکتی ہے۔

۵۔ نیم کے سبز رنگ پتے پانی میں جوش کر کے پانی کو ٹھنڈا کر کے نہانے سے گرمی دانے ختم ہوجاتے ہیں۔

پتی اچھلنا

اسباب

یہ مرض کسی مخصوص غذا کے کھانے تیز گرم ادویات کے استعمال سے الرجی اور بدہضمی کی وجہ سے ہوتا ہے۔

علامات

کبھی یہ شکایت آہستہ آہستہ بڑھتی ہے اور کبھی تمام جسم پر گول گول سرخی مائل دھبے پڑ جاتے ہیں جن میں جلن اور شدید خارش ہوتی ہے اور پھر وہ جلدی غائب بھی ہوجاتے ہیں۔ ہلکا سا بخار بھی ہوجاتا ہے۔

علاج

۱۔ سبز رنگ پانی صبح وشام۔

۲۔ نیلا رنگ پانی کھانے سے پہلے۔

۳۔ زرد رنگ پانی کھانے کے بعد۔

۴۔ آسمانی رنگ کی روشنی پورے جسم پر آدھے گھنٹے تک ڈالیں۔

داد

اسباب

ایک خاص قسم کے فنگس سے ہوتا ہے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

داد کا مرض بدہضمی ثقیل اور غلیظ غذا کھانے عرصہ تک غسل نہ کرنے میٹھی چیزیں زیادہ کھانے اور بھیگے ہوئے کپڑے پہننے سے ہوتا ہے۔

علامات

جلد بالوں اور ناخنوں کا یہ مرض جب کھوپڑی پر نمودار ہوتا ہے تو ایک چھوٹے سے نشان سے شروع ہوتا ہے یہ داغ پھیلنے لگتا ہے بال اڑ جاتے ہیں۔ جلد پر کسی جگہ داد ہو تو انگوٹھی کی طرح گول گول نشان ہوتے ہیں۔ اس نشان کی سطح خون کی زیادتی کے باعث سرخی مائل ہوتی ہے۔ کبھی اس میں پیپ پڑجاتی ہے کبھی جلد خشک ہوجاتی ہے اور اس پر مچھلی کی کھال کی طرح چھلکے بن جاتے ہیں اور جب جلد کی سطح مرطوب ہوتی ہے تو ایک تہہ بن جاتی ہے۔

علاج

۱۔ نیلا رنگ پانی صبح و شام۔

۲۔ سبز رنگ پانی دوپہر و رات۔

۳۔ قرمزی رنگ پانی رات۔

۴۔ دن کے وقت آسمانی شعاعوں کا تیل متاثرہ جگہ پر مالش کریں۔

۵۔ رات کے وقت سبز شعاعوں کا تیل مالش کریں۔

۶۔ نیلی روشنی متاثرہ جگہ پر روزانہ سات منٹ تک ڈالیں۔

چنبل۔ سوریاسس

اسباب

مدافعاتی نظام کی کمزوری موروثی طور پر اور بعض نامعلوم وجوہ کی بنا پر یہ بیماری ہوتی ہے۔

علامات

اس مرض میں جلد پر چھوٹے چھوٹے گلابی رنگ کے ابھار ہوجاتے ہیں۔ سفید سلور رنگ کے چھالے (Scales) بھی نمودار ہوتے ہیں۔ ابھار آہستہ آہستہ بڑھتے ہیں اور بہت سے ابھار مل کر ایک جال بنا دیتے ہیں۔ ان میں ناقابل برداشت خارش ہوتی ہے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

علاج

۱۔ نیلا رنگ پانی صبح و شام۔

۲۔ سبز رنگ پانی دوپہر و رات۔

۳۔ زرد رنگ پانی دن میں ایک بار۔

۴۔ آسمانی رنگ کی روشنی دن میں اور سبز رنگ روشنی رات میں آدھے آدھے گھنٹہ تک متاثرہ جگہ پر ڈالیں۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

برص

اسباب

میلنن (Melanin) مادہ کی کمی (جو جسم کو رنگ فراہم کرتا ہے) اور وراثت۔

یونانی طب کی رو سے جسم میں چار قسم کی رطوبتیں ہوتی ہیں۔ جن کو "اخلاط" کہا جاتا ہے۔ ان کے تناسب میں کمی یا زیادتی برص کو جنم دینے کا باعث بن جاتی ہے۔ حیض کی مدت پوری نہ ہونے سے صفائی نہ ہوئی ہو اور حمل قرار پاجائے تو برص کا مرض پیدا ہوسکتا ہے اور یہ مرض پانچ نسلوں کے بعد بھی ظاہر ہوجاتا ہے۔

علامات

اس مرض میں جلد پر سفید داغ نمودار ہوتے ہیں جو پورے جسم پر پھیل جاتے ہیں یہ مرض متعدی نہیں ہے ایک دوسرے کو نہیں لگتا۔ اس مرض سے جسم کو کوئی نقصان نہیں پہنچتا اور مریض کے تمام اعضاء اپنا کام ٹھیک کرتے رہتے ہیں۔

علاج

۱۔ سرخ رنگ پانی صبح و شام۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

۲۔ سبز رنگ پانی دوپہر و رات۔

۳۔ زرد رنگ پانی دن میں ایک بار۔

۴۔ متاثرہ جگہ سرخ روشنی ڈالیں۔

۵۔ شیشہ پر سلیٹی رنگ پینٹ کرواکر مریض کو باربار دکھائیں۔

۶۔ اگر یہ داغ تمام جسم میں پھیل جائیں تو علاج نہ کریں۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

بچوں کی بیماریاں

سائنس کے مختلف شعبوں میں تحقیق و جستجو نت نئی دریافتوں کا پیش خیمہ بن رہی ہے۔ سائنس دانوں کی زیادہ توجہ کا مرکز انسانی دماغ ہے۔ سائنس دانوں کے بقول دماغ ایک ایسے خزانے کا بکس ہے جس کی کنجی گم ہو گئی ہے۔ اگر یہ بکس کسی طرح سے کھول لیا جائے تو انفس کی گہرائیوں اور آفاق کی بلندیوں میں چھپے ہوئے تمام راز آشکارا ہو سکتے ہیں۔

نیورو سائنس کے محققین آج کل نومولود بچوں کے دماغی خلیوں پر ریسرچ میں مصروف ہیں۔ گزشتہ دنوں ۴ سائنس دانوں کو مختلف حساس آلات کے ذریعہ ایک آواز سنائی دی۔

ریٹ اے ٹیٹ ٹیٹ' ریٹ اے ٹیٹ ٹیٹ' ریٹ اے ٹیٹ ٹیٹ۔

یہ آوازیں رحم مادر میں تخلیق پانے والے بچے کے دماغی خلیوں کی تھیں۔ سائنس دانوں نے یہ نتیجہ اخذ کیا ہے کہ رحم مادر میں پرورش پانے والے بچے کے دماغ کے خلیے مسلسل مختلف کاموں میں مصروف ہیں اور اپنے کاموں کی انجام دہی کیلئے برقی سگنل دوسرے خلیوں کو فراہم کر رہے

ہیں۔ حساس آلات کے ذریعہ جو آوازیں سنی گئیں وہ ان ہی برقی سگنلوں کی تھیں۔

مختلف لوگ دماغ کو کمپیوٹر سے مشابہ قرار دیتے ہیں۔ کمپیوٹر' آپریٹر یا پروگرامر کا محتاج ہے۔ انسانی دماغ کے خلیے کائناتی نظام کے کسی حصے سے انسپائریشن لے کر از خود سارے کام کی پلاننگ پیدائش سے قبل ہی شروع کر دیتے ہیں۔ بچہ ماں کے پیٹ میں اپنے باپ اور ماں کی آوازوں اور لمس سے آشنا ہو جاتا ہے۔

دماغی خلیے اپنے کاموں کے سلسلے میں دوسرے خلیوں کو برقی پیغام بھیجتے رہتے ہیں اور مسلسل رابطہ رکھتے ہیں۔ یہاں تک کہ ایک دوسرے کے دوست بن جاتے ہیں اور بچے کی پیدائش سے قبل کے تمام مرحلے باآسانی طے ہو جاتے ہیں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

جب بچہ رحم مادر سے باہر آکر عالم رنگ و بو میں آنکھیں کھولتا ہے تو اس وقت بچے کے دماغ میں دو کھرب نیورون ہوتے ہیں یعنی دو کہکشاؤں میں جتنے سیارے ہوتے ہیں۔

پیدائش سے قبل انسانی دماغ ضروریات سے متعلق اپنے لئے سرکٹ کی تکمیل میں لگا رہتا ہے۔ سماعت بصارت گویائی وغیرہ کے لئے دماغ پیدائش سے پہلے ہی تمام پروگرامنگ مکمل کر لیتا ہے۔ اب یہ والدین رشتہ داروں اور معاشرہ پر منحصر ہے کہ وہ بچے کے دماغ میں موجود مختلف پروگراموں میں سے

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

کتنے پروگرامز آن کرتے ہیں۔ مثال کے طور پر اگر ماں باپ بچے کی پیدائش کے بعد سے تین سال تک اس کے ہاتھ کو اس طرح باندھ کر چھوڑ دیں کہ وہ حرکت ہی نہ کر سکے تو بچے کا ہاتھ ساری زندگی کے لئے مفلوج ہو جائے گا۔ کیونکہ دماغ نے اس ہاتھ سے متعلق جو پروگرامنگ کی تھی اسے آن نہیں کیا گیا۔ اس سلسلے میں سائنس دان مختلف تجربات میں مصروف ہیں۔ اندازہ لگایا گیا ہے کہ وہ بچے جن پر زندگی کے ابتدائی تین سالوں میں بہت کم توجہ دی جاتی ہے وہ ذہنی بلوغت میں ۲۰ سے ۳۰ فیصد تک پیچھے رہ جاتے ہیں۔ معالجین والدین کو مشورہ دیتے ہیں کہ وہ بچے کے ابتدائی تین سالوں کو نہایت اہمیت کا حامل سمجھیں۔ یہ بات غلط ہے کہ بچے کا ذہن خالی سلیٹ کی مانند ہوتا ہے بلکہ دماغ میں کائنات کی پوری معلومات موجود ہیں۔

دانت نکلنا

عموماً چھ یا سات ماہ میں بچے کے دانت نکلنا شروع ہو جاتے ہیں۔ اس زمانے میں خاص احتیاط ضروری ہے۔ شروع میں مختلف تکالیف ہوتی ہیں۔ مثلاً رال بہتی ہے سر اور کنپٹیوں میں درد ہونے کی وجہ سے بچہ بار بار سر کو ادھر ادھر ہلاتا ہے۔ کبھی ہلکا بخار بھی ہو جاتا ہے۔ پیاس زیادہ لگتی ہے قبض ہو جاتا ہے دست آنے لگتے ہیں آنکھیں دکھتی ہیں کبھی سبز اور کبھی گہرے زرد رنگ کے دست آتے ہیں۔ بچہ دودھ مشکل سے پیتا ہے اور نہایت ضعیف

اور نڈھال ہو جاتا ہے۔

علاج

۱- بچے کو زیادہ تر نیلے رنگ کی روشنی میں رکھیں۔

اس کا طریقہ یہ ہے کہ کمرے کے روشن دانوں میں نیلے رنگ کا شیشہ یا نیلے رنگ کی پلاسٹک شیٹ اس طرح لگائیں کہ کمرہ میں مخصوص جگہ نیلے رنگ کا شیڈ (Shade) پڑے۔ نیلے رنگ کی اس روشنی میں بچہ کو دن میں زیادہ وقت لٹائیں اور اسی روشنی میں کھیل کود میں مصروف رکھیں۔

۲- نیلا رنگ پانی شام کھانے سے پہلے۔

۳- زرد رنگ پانی صبح و شام

نوٹ۔ خوراک کا تعین عمر کی مناسبت سے کریں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

کھانسی

پھیپھڑوں میں جب کوئی رطوبت بنتی ہے اور پھیپھڑے اسے باہر نکالنے کی کوشش کرتے ہیں تو اس حالت کو کھانسی کہتے ہیں۔ کھانسی کبھی سردی کی وجہ سے ہوتی ہے اور کبھی گرمی اور خشکی کی وجہ سے ہوتی ہے۔

شکایات و علامات

بچوں کو کھانسی دورہ کی شکل میں آتی ہے۔ سانس لیتے وقت سیٹی کی آواز

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

آتی ہے۔ سانس کی رفتار تیز ہوجاتی ہے اور بچے کو سانس لینے میں دشواری محسوس ہوتی ہے۔ بھوک کم ہوجاتی ہے اور بچہ چڑچڑا ہوجاتا ہے۔

بلغمی مزاج بچوں اور بوڑھوں کو سردی کے موسم میں کھانسی زیادہ ہوتی ہے۔ رات کو سوتے وقت اور صبح کے وقت کھانسی زیادہ ہوتی ہے۔ سفید زردی مائل بلغم نکلتا ہے۔ بعض دفعہ نیلے رنگ کا لیس دار بلغم خارج ہوتا ہے۔ سینہ اور حلق میں خراش معلوم ہوتی ہے۔ اگر اس قسم کی کھانسی کا پرہیز کے ساتھ علاج نہ کیا جائے تو پھیپھڑوں میں زخم بن جاتے ہیں۔

علاج

۱- آسمانی رنگ پانی صبح و شام۔

۲- آسمانی رنگ کی روشنی کمر پر ڈالیں۔

۳- نارنجی رنگ پانی دوپہر و رات کھانے کے بعد۔

۴- سبز اور نارنجی شعاعوں کا تیل ہم وزن ملا کر پسلیوں پر ہلکے ہاتھ سے دائروں میں اوپر سے نیچے مالش کریں۔

اسہال

اسباب

کئی قسم کے وائرس جراثیم آلود پانی Unhygienic دودھ نپل (چوسنی) غیر صاف شدہ فیڈر مکھیاں۔

علامات

پتلے آبی سبزی مائل پاخانے آتے ہیں۔ کبھی کبھی ان میں خون کی آمیزش بھی ہوتی ہے۔ جسم کے اندر پانی کی شدید قلت ہوجاتی ہے اور اگر بروقت علاج نہ ہو تو موت واقع ہوسکتی ہے۔

دفاعی تدابیر

بچوں کو جہاں تک ہو سکے مائیں اپنا دودھ پلائیں۔ ماؤں کو دودھ والی بوتلوں اور دوسرے برتنوں کو صاف اور جراثیم سے پاک کرنے کے متعلق عملی اور زبانی تعلیم دی جائے۔ چار ماہ تک بچہ کے لئے ماں کا دودھ پوری غذا ہے۔ کوئی اور چیز دینے کی ضرورت نہیں۔

جب تک اسہال ختم نہ ہو جائیں بچے کو سوائے گلوکوز یا نمک والے پانی کے کوئی پانی نہ دیں یا او آر ایس پلائیں تاکہ بچے کے جسم میں پانی کی قلت نہ ہو۔ جب تک پاخانے کا رنگ طبعی حالت میں نہ آئے دودھ نہ دیں۔

علاج

اسہال زیادہ ہونے کی صورت میں چائلڈ اسپیشلسٹ سے رجوع کریں لاپرواہی نہ کریں۔

۱- زرد رنگ پانی صبح و شام ایک ایک چمچہ۔

۲- دستوں میں اگر خون بھی آتا ہو تو زرد رنگ پانی پلانے کے بعد ایک ایک گھنٹہ کے وقفہ سے آسمانی رنگ پانی دیں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

۳۔ زرد شعاعوں کا تیل یا مرہم زرد ناف کے چاروں طرف انگلیوں کے پوروں سے مالش کریں۔

احتیاط:۔ پانی اور دودھ ہر حال میں جراثیم سے پاک ہونا چاہیے۔

ام الصبیان

اسباب

غذا میں لحمیات اور قوت بخش اجزاء کی کمی متعدی امراض معاشی حالات دانتوں کا نکلنا پیٹ میں کیڑے اور اس بات کا علم نہ ہونا کہ ماں کا دودھ چھڑانے کے بعد بچوں کو کون سی غذا دی جائے۔

علامات

نشوونما میں کمی وزن میں کمی جسم میں پانی کی کمی سوکھ کر کانٹے کی طرح ہوجانا بغیر کسی وجہ کے بار بار بخار ہونا ہاتھ پیروں کا تشنج آنکھوں کے ڈیلے اوپر چڑھنا چڑچڑا ہونا خواب میں چونک کر اٹھنا چیخ چیخ کر رونا دوسروں کو نوچنا مرض ام الصبیان کی علامت ہے۔

علاج

۱۔ نیلا رنگ پانی دن میں ایک بار۔

۲۔ زرد رنگ پانی شام کھانے کے بعد۔

۳۔ نارنجی رنگ پانی صبح وشام۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

۴۔ نارنجی شعاعوں کا تیل پورے بدن پر مالش کریں۔ نارنجی تیل تلوں کے تیل میں نارنجی شعاعیں جذب کر کے تیار کریں۔

کالی کھانسی

اسباب

ہوا کی نالی کی شاخوں میں غلیظ بلغم چمٹ جانا عام کھانسی کے علاج میں عدم توجہی اور کالی کھانسی کے جراثیم اس بیماری کے اسباب ہیں۔

علامات

کالی کھانسی نظام تنفس کا ایک شدید مرض ہے جو بچوں میں عام ہے۔ مرض خشک کھانسی سے شروع ہوتا ہے۔ ایک یا دو ہفتے میں یہ خشک کھانسی دورہ والی کھانسی میں تبدیل ہوجاتی ہے اور دو ماہ تک رہتی ہے۔ کھانسی کے دورہ کے وقت سانس لینا دشوار ہوجاتا ہے اور سانس نہیں آتا۔ دورہ کے دوران ہی سانس کے ساتھ تھوڑا سا گاڑھا بلغم خارج ہوتا ہے اور کھانسی رک جاتی ہے۔ دن رات میں یہ دورہ کئی مرتبہ بھی پڑ جاتا ہے۔ کھانسی کے دوران چہرہ نیلا سیاہ ہو جاتا ہے۔ کبھی قے بھی ہوجاتی ہے۔ کالی کھانسی عام طور پر دو سال سے آٹھ سال کے بچوں کو ہوتی ہے۔ کالی کھانسی چھوت کی بیماری ہے۔ یہ کھانسی عمر میں صرف ایک بار ہوتی ہے۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

علاج

۱- نارنجی رنگ پانی صبح و شام۔

۲- آسمانی رنگ پانی دوپہر و رات۔

۳- زرد شعاعوں کا تیل گلے پر اور نیلی شعاعوں کا تیل سینہ پر پھیپھڑوں کی جگہ مالش کریں۔

۴- نارنجی شعاعوں کا تیل دائیں ہتھیلی کے درمیانی ابھار سے روزانہ سات منٹ تک کمر پر مالش کریں۔

چیچک

اسباب

چیچک کا وائرس۔

چیچک ایک متعدی مرض ہے جو ایک مریض سے دوسرے کو لگ جاتا ہے۔ عموماً یہ مرض بچوں کو ہوتا ہے لیکن بڑوں کو بھی لگ جاتا ہے۔ امیروں کی نسبت غریبوں کو اور گوروں کی نسبت کالوں کو یہ مرض زیادہ ہوتا ہے۔

علامات

چیچک کا مرض خفیف اور شدید دونوں طرح ہوتا ہے۔ بخار اور سر میں درد کمر میں شدید درد شروع ہوجاتا ہے۔ بخار کے تیسرے روز جلد پر سرخ نشان ظاہر ہوتے ہیں۔ پہلے جسم کے کھلے حصوں پر اور پھر ہر جگہ جلد پر دانے

نکل آتے ہیں۔ دانے ظاہر ہونے کے بعد بخار کی شدت کم ہوجاتی ہے۔ یہ نشان تین روز میں موٹے دانے بن جاتے ہیں۔ پھر تین روز کے بعد چھالوں کی شکل اختیار کر لیتے ہیں اور اس کے بعد ان چھالوں میں پتلی اور رقیق رطوبت پیپ نما ہوجاتی ہے۔ اس کے بعد چیچک کے دانے آہستہ آہستہ سوکھ جاتے ہیں اور ان کے چھلکے جلد سے علیحدہ ہو کر گر جاتے ہیں۔ ہر چھالے کے مقام پر ایک گہرا داغ باقی رہ جاتا ہے۔ بالعموم اکثر مریض تندرست ہوجاتے ہیں لیکن چیچک کے مرض کی شدت موت کا پیش خیمہ ثابت ہوتی ہے۔ چیچک کے دانے ختم ہونے کے بعد بخار نہیں رہنا چاہئے اگر بخار ختم نہیں ہوا تو یہ خطرناک علامت ہے۔

چیچک کی ابتداء میں آنکھوں میں سرخی آجاتی ہے اور آنسو بہتے ہیں۔ بچہ سوتے میں ڈرتا اور چونکتا ہے۔ چہرہ سرخ اور تمتمایا ہوا ہوتا ہے۔ کنپٹیوں کی رگیں ابھری ہوئی اور پھڑکتی ہوئی معلوم ہوتی ہیں۔ ہذیان اور غنودگی ہوجاتی ہے۔ تیسرے روز بخار کم ہوتا ہے تو پہلے پیشانی اور پھر چہرہ اور پشت پر دانے نکلتے ہیں۔ پھر ہاتھ پیر اور پورے جسم پر دانے نکل آتے ہیں۔ یہ دانے کبھی چند کبھی بہت زیادہ کبھی متفرق اور کبھی گچھوں کی طرح ہوتے ہیں شروع میں دانوں کی رنگت سرخ ہوتی ہے۔ چہرہ پر زیادہ دانے نکلتے ہیں۔ دوسرے تیسرے روز چپٹے ابھار بن جاتے ہیں جو چھوٹے اور رائی کی طرح باریک ہوتے ہیں۔ تیسرے چوتھے روز دانوں میں رطوبت بھر جاتی ہے۔ پانچویں روز

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ہر ایک دانے کے گرد سرخ حلقہ بن جاتا ہے رطوبت گدلی ہونے لگتی ہے۔ ساتویں آٹھویں روز اس میں پیپ پڑ جاتی ہے۔ آٹھویں روز تمام دانوں کی رطوبت پیپ میں تبدیل ہوجاتی ہے۔ اس دن پھر شدت کا بخار ہوتا ہے۔ مریض کو سانس لینے اور نگلنے میں تکلیف ہوتی ہے۔ چہرہ اور آنکھیں سوج جاتی ہیں مریض کو ہذیان ہوجاتا ہے۔ دسویں گیارہویں روز دانے مرجھانے لگتے ہیں اور چودھویں روز تک دانے بھورے یا سیاہی مائل کھرنڈ بن جاتے ہیں۔ انیسویں روز یہ کھرنڈ اکھڑنے لگتے ہیں اور ایک یا دو ماہ تک اکھڑتے رہتے ہیں۔

علاج

چیچک نکلتے نکلتے رک گئی ہو تو سرخ رنگ کا پانی بہت مفید ہے۔ ایک دو ہی خوراک پلانے سے ابھر آتی ہے۔ اگر سرخ رنگ کی شعاعیں تین منٹ شروع میں جسم پر ڈالی جائیں تو چیچک کے دانے بہت جلد ابھر آتے ہیں۔ چیچک کے بھرپور نکل آنے کے بعد سرخ رنگ استعمال نہیں کرنا چاہئے بلکہ جس وقت دانوں میں مواد پڑ جائے اور مواد بہنے لگے تو سیل کھڑی کا سفوف ان پر چھڑکنا چاہئے اور فیروزی رنگ کا پانی صبح و شام پلانا چاہئے اور نیلے رنگ کی روشنی روزانہ تین چار منٹ تک جسم پر ڈالتے رہنا چاہئے۔ اس سے گرمی اور سوزش رفع ہو کر زخم اچھے ہوجاتے ہیں۔

حفظ ماتقدم کے طور پر بچوں کو چیچک کے ٹیکے لگانا نہایت ضروری ہے۔

ٹیکہ لگانے میں لاپرواہی نہ کریں۔ اس بیماری میں زیادہ تر وہی بچے مبتلا ہوتے ہیں جن کو بچپن میں ٹیکہ نہیں لگایا جاتا۔

لاکڑا کاکڑا

اسباب

یہ ایک وائرس کی وجہ سے ہوتا ہے۔

علامات

یہ مرض عام طور پر سانس یا دانوں کے ذریعہ پھیلتا ہے۔ اس مرض میں بخار اور تھکن زیادہ ہوتی ہے۔ کچھ عرصہ بعد سرخ دانے نکل آتے ہیں۔ یہ دانے شروع میں چہرے سر اور جسم پر نکلتے ہیں۔ بعد میں ہاتھوں اور پیروں کو بھی متاثر کرتے ہیں۔ کچھ دنوں میں یہ دانے سوکھ کر چھالوں میں تبدیل ہوجاتے ہیں۔ سات سے چودہ دنوں میں یہ مرض ختم ہوجاتا ہے۔

علاج

۱۔ آسمانی رنگ پانی صبح و شام۔

۲۔ سبز رنگ پانی دوپہر و رات۔

۳۔ زرد رنگ پانی شام کھانے کے بعد۔

۴۔ آسمانی رنگ کی روشنی روزانہ جسم پر دس منٹ تک ڈالیں۔ نتائج مرتب ہونے تک علاج جاری رکھیں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

کزاز

اسباب

یہ مرض بیکٹیریا کی وجہ سے ہوتا ہے۔

علامات

بچے کو بخار ہوجاتا ہے۔ بخار کے علاوہ گردن اور جبڑے اکڑ جاتے ہیں۔ عضلات میں شدید درد اکڑاؤ اور تشنجی کیفیات پیدا ہوجاتی ہیں۔ بالعموم اس مرض کا سبب چوٹ یا زخم ہوتا ہے۔ نوزائیدہ بچوں میں ناف (Umblicus) کے ذریعے جراثیم کا نفوذ ہوتا ہے۔ یہ مرض خطرناک اور مہلک ہے۔

علاج

۱- نیلا رنگ پانی صبح و شام۔

۲- سبز رنگ پانی دوپہر و رات۔

۳- مریض کو آسمانی رنگ کی روشنی میں روزانہ دس منٹ تک رکھا جائے۔ مناسب ہے کہ Specialist سے مشورہ کیا جائے اور ان کی ہدایت پر عمل کیا جائے۔

خسرہ

چیچک کی طرح خسرہ بھی متعدی مرض ہے۔

علامات

یہ ایک شدید متعدی مرض ہے جو ایک قسم کے وائرس سے پھیلتا ہے۔ شیرخوارگی اور بچپن کی عمر میں لاحق ہوتا ہے۔ شروع میں زکام ہوتا ہے۔ آنکھیں آب آلود ہوجاتی ہیں کھانسی آنے لگتی ہے اور بخار چڑھ جاتا ہے منہ کے اندر کی جھلی پر نہایت باریک سفید نشان (Koplik's Spots) ہوجاتے ہیں۔ بخار کے تیسرے یا چوتھے روز جلد پر سرخ نشان نمودار ہوتے ہیں اور ان کے ساتھ ہی بخار میں کمی ہوجاتی ہے۔

علاج

۱- فیروزی رنگ پانی صبح و شام۔

۲- آسمانی رنگ پانی دوپہر و رات۔

۳- نارنجی رنگ پانی دن میں ایک بار۔

۴- مریض کے سر پر دس منٹ تک روزانہ نیلی روشنی ڈالیں۔ گرمی کے موسم میں پانی زیادہ پلائیں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

عورتوں کے امراض

ایام تکلیف سے آنا

اسباب

وجوہات کے لحاظ سے اس کی دو بڑی قسمیں ہیں۔

۱۔ بنیادی۔ اس کی وجوہات نامعلوم ہیں۔

۲۔ ثانوی۔

- اندام نہانی کی سوزش۔
- رحم کی بیماریاں۔
- رحم میں رسولی۔

شکایات

عام طور پر عورتیں مروڑ نما درد کی شکایت کرتی ہیں جو ایام شروع ہوتے ہی شروع ہوجاتا ہے اور چوبیس (۲۴) گھنٹے سے بہتر (۷۲) گھنٹے تک رہتا ہے۔ اس درد کے ساتھ متلی قے تھکن دست پیٹ میں نچلی طرف درد اور سر درد

بھی ہوتا ہے۔

دوسری قسم (ثانوی) میں شکایت صرف ایام کی خرابی یا کمی تک محدود نہیں رہتی بلکہ ازدواجی زندگی میں تکلیف اولاد کا نہ ہونا وقت بے وقت بار بار خون آنے کی شکایت بھی ہوتی ہے۔

علاج

۱۔ ایام کے شروع ہونے سے ایک ہفتہ پہلے زیتون (Olive) رنگ پانی صبح و شام دیں اور ایام کے ایک دن بعد تک جاری رکھیں۔

۲۔ زرد رنگ پانی کھانے سے پہلے۔

۳۔ سرخ رنگ پانی کھانے کے بعد۔

۴۔ دس منٹ صبح نہار منہ اور دس منٹ رات نیلی شعاعوں کا تیل کولہوں کے درمیان ریڑھ کی ہڈی کے جوڑ پر مالش کریں۔

۵۔ جامنی شعاعوں کا تیل روزانہ پورے پیٹ پر صبح و شام پانچ پانچ منٹ مالش کریں۔

ایام کا رک جانا

عورتوں میں عام طور پر تیرہ سال کی عمر میں ماہانہ نظام شروع ہوجاتا ہے۔ عموماً ماہانہ نظام اکیس سے پینتیس دن کے بعد جاری ہوتا ہے اور تقریباً آٹھ دن بعد ختم ہوجاتا ہے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

خواتین بلوغت سے پہلے موقوفی حیض (Menopause) کے بعد حمل کے دوران بچے کو دودھ پلانے کے دوران پاک و صاف رہتی ہیں۔ اگر چند ماہ اسی طرح گزر جائیں تو ایسی صورت میں حمل کے بارے میں سوچنا چاہیے اس کے علاوہ مندرجہ ذیل وجوہات ہو سکتی ہیں۔

۱۔ زیادہ دواؤں کا استعمال۔
۲۔ اعصابی تناؤ۔
۳۔ وزن میں بہت کمی یا بہت زیادتی۔
۴۔ رحم کی اندرونی تہوں کا آپس میں چپک جانا۔
۵۔ غیر معمولی ورزش کرنا۔
۶۔ عورتوں میں ہارمون (ایسٹروجن) کی کمی۔
۷۔ رحم میں ورم۔
۸۔ رحم پر چربی کی زیادتی۔
۹۔ رحم کے دیگر امراض۔
۱۰۔ ساس بہو کا جھگڑا۔
۱۱۔ خاوند کی طرف سے لاپرواہی۔
۱۲۔ شادی کے بعد ناموافق ماحول۔

علاج

۱۔ ارغوانی رنگ پانی صبح و شام۔

۲۔ نارنجی رنگ پانی کھانے کے بعد۔
۳۔ جامنی رنگ کی روشنی پندرہ منٹ تک سر پر اور پندرہ منٹ تک پیٹ پر ڈالیں۔
۴۔ بینگنی شعاعوں کا تیل کمر کے جوڑ پر جو کولہوں کے درمیان ہوتا ہے اور ناف کے نیچے پیڑو پر دائروں میں مالش کریں۔ مالش کرتے وقت انگلیوں اور ہتھیلی کے درمیانی ابھار سے مالش کی جائے۔ مالش کرتے وقت ہاتھ پر غیر معمولی دباؤ نہیں ہونا چاہیے۔ آہستہ آہستہ دیر تک مالش کریں تاکہ تیل اور اس کے اندر شفا کی لہریں بدن میں جذب ہو جائیں۔
۵۔ 6 x 9 انچ شیشہ پر سرخ رنگ پینٹ کروا کر شام کے وقت اور 6 x 9 انچ شیشہ پر جامنی رنگ پینٹ کرا کے دوپہر زوال کے ایک گھنٹہ بعد دس دس منٹ دیکھیں۔

ایام کی زیادتی

اسباب

رحم میں رسولی یا رحم کی کسی اور بیماری کی وجہ سے یہ شکایت پیدا ہو جاتی ہے۔ خون میں حدت زیادہ بچے ہونا بار بار اسقاط حمل کافی عرصہ تک لیکوریا کا مرض ہائی بلڈ پریشر بھی اس کے اسباب ہیں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

علامات

ماہانہ نظام میں زیادتی اندرونی جسم کمزور ہونا نبض تیز چلنا پیاس میں شدت ہونا زرد رنگ چہرہ اندرونی اعضاء میں خون بننے کے دوران جلن اور سوزش قارورہ (پیشاب) کی رنگت زردی مائل سرخ ہونا۔ اعضائے رئیسہ دل دماغ جگر وغیرہ کمزور ہو جاتے ہیں۔

علاج

۱۔ بنفشی رنگ پانی صبح و شام۔
۲۔ سبز رنگ پانی دوپہر کھانے سے پہلے۔
۳۔ نیلا رنگ پانی رات کھانے سے پہلے۔
۴۔ گہرے سبز رنگ ریشمی کپڑے رات کو سوتے وقت پہنیں۔
۵۔ جامنی شعاعوں کا تیل کولہوں کے درمیان کمر کے آخری جوڑ پر پانچ پانچ منٹ صبح شام مالش کریں۔
۶۔ سبز شعاعوں کا تیل پیڑو پر مالش کریں۔

اندام نہانی کا ورم

اسباب

اس بیماری کے بہت سارے اسباب ہیں۔ مثلاً جراثیم کا نفوذ کر جانا اندرونی ورم یا زخم ذیابیطس یا خون کی کمی۔

علامات

اندام نہانی میں سوجن سرخی اور درد ہوتا ہے نیز کم یا زیادہ رطوبت بھی ہوتی ہے۔ اندرونی طور پر جلن کھجلی اور دکھن ہوتی ہے۔

علاج

۱۔ نیلا رنگ پانی صبح و شام۔
۲۔ سبز رنگ پانی کھانے سے پہلے۔
۳۔ نیلے رنگ پانی کی گدیاں بنا کر دن میں تین مرتبہ رکھیں۔
۴۔ ذیابیطس یا خون میں کمی ہو تو علاج میں ان دونوں بیماریوں کا خیال رکھا جائے۔

لیکوریا

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

اسباب

لیکوریا کی وجہ انفیکشن ہے۔ اس انفیکشن کی وجہ ایک پرٹوزوا ہوتا ہے لیکن فنجائی وائرس اور دوسرے بیکٹیریا کی وجہ سے بھی یہ مرض ہوتا ہے۔ تیسرے درجہ میں تیز گرم خشک غذائیں اور تیز گرم خشک دوائیں کھانے چائے اور کافی زیادہ پینے شیور مرغی کے زیادہ انڈے کھانے گرم مصالحہ اور زیادہ مرچوں کے استعمال نیز باربار عریاں مناظر دیکھنے فحش فلموں کے شوق سے یہ مرض لاحق ہوجاتا ہے۔ یہ مرض عام طور سے گرم ممالک

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

میں ہوتا ہے۔

کچھ نہ کچھ رطوبت کا اخراج قابل تشویش نہیں ہے لیکن جب یہ رطوبت مقدار میں زیادہ ہو جائے۔ اس کا رنگ اور بو تبدیل ہوجائے۔ اس میں جھاگ پیدا ہو جائے۔ اندرونی طور پر جلن اور کھجلی ہونے لگے اور سوجن ہوجائے تو مرض میں شدت کی علامت ہے۔

مریضہ کی کمر میں درد رہتا ہے۔ پیڑو میں بوجھ اور درد محسوس ہوتا ہے۔ بار بار پیشاب آتا ہے۔ طبیعت کسلمند اور ست رہتی ہے۔ کام کرنے کو دل نہیں چاہتا۔ بھوک نہیں لگتی۔ ٹانگوں اور خصوصاً پنڈلیوں میں درد ہوتا ہے۔ چہرہ بے رونق ہوجاتا ہے۔ آنکھوں میں حلقے بن جاتے ہیں اور چمک کم ہوجاتی ہے۔ جسم لاغر ہوجاتا ہے ہڈیاں نمایاں ہوجاتی ہیں۔ عام جسمانی کمزوری زیادہ ہوتی ہے۔

علاج

۱- ارغوانی رنگ دوپہر و رات کھانے کے بعد۔

۲- سبز رنگ پانی صبح و شام۔

۳- نیلا رنگ پانی صبح و شام کھانے سے پہلے۔ نیلا رنگ اور سبز رنگ پانی دینے میں دس منٹ کا وقفہ ضروری ہے۔

۴- جامنی شعاعوں کا تیل ناف کے نیچے مالش کریں۔

۵- آسمانی شعاعوں کا تیل کولہوں کے درمیان کمر کے جوڑ پر روزانہ صبح و شام پانچ پانچ منٹ مالش کریں۔

۶- 6x9 انچ شیشے کے اوپر سبز رنگ پینٹ کرا کے وقفہ وقفہ سے دیکھیں۔

بانجھ پن

اولاد نہ ہونے کی وجوہات مردوں میں ۲۵ فیصد اور عورتوں میں ۵۰ فیصد ہوتی ہیں۔ کبھی ایسا بھی ہوتا ہے کہ مرد و عورت دونوں میں یکساں خرابی ہوتی ہے اور اس خرابی کا تناسب ۲۵ فیصد شمار کیا گیا ہے۔

۸۰ فیصد مرد و عورت میں خرابی کی کوئی نہ کوئی وجہ مل جاتی ہے۔ اور ۲۰ فیصد خواتین اور مردوں میں کوئی وجہ نہیں ملتی۔

عام طور پر ایک ایسے جوڑے کو جو شادی کے بعد دو سال تک اولاد سے محروم رہے بیمار قرار دیا جا سکتا ہے جب کہ اس دو سال میں انہوں نے بھرپور اور نارمل ازدواجی زندگی گزاری ہو۔

عورتوں میں ۲۰ سے ۲۵ سال کی عمر بھرپور اور زرخیزی کی ہوتی ہے۔ جب کہ مردوں میں یہ عمر ۲۰ سے ۳۰ سال ہوتی ہے۔ عمر کی ان حدود میں عورت مرد دونوں اولاد پیدا کرنے کی زیادہ سے زیادہ صلاحیت رکھتے ہیں۔ عمر بڑھنے کے ساتھ ساتھ مرد و عورت دونوں میں سلسلۂ تناسل کی صلاحیت کم ہوجاتی ہے۔ عورتوں میں موقوفی حیض (Menopause) کے بعد اولاد پیدا

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

کرنے کی صلاحیت ختم ہو جاتی ہے۔ جب کہ مردوں میں عمر کے آخری حصہ تک کچھ نہ کچھ صلاحیت برقرار رہتی ہے۔

عورتوں میں اولاد نہ ہونے کی مندرجہ ذیل وجوہات ہیں۔

۱۔ بیضہ دانی سے انڈے (OVA) نہ نکلنا۔

۲۔ رحم کی بیماریاں۔

۳۔ پیٹ کی جھلیوں (Peritoneum) کا آپس میں چپک جانا۔

۴۔ نامعلوم وجوہات۔

علاج

۱۔ جامنی رنگ پانی صبح و شام۔

۲۔ سرخ رنگ پانی کھانے سے پہلے۔

۳۔ جامنی رنگ کی روشنی پندرہ منٹ تک پیٹ پر ڈالیں۔

۴۔ پرپل (Purple) شعاعوں کا تیل کولہوں کے درمیان ریڑھ کی ہڈی پر مالش کریں۔

۵۔ ناف کے اطراف خصوصاً ناف کے نیچے سرخ شعاعوں کا تیل صبح شام دس دس منٹ مالش کیا جائے۔

۶۔ نیلی شعاعوں کا تیل کمر کے آخری جوڑ پر دائروں میں مالش کیا جائے۔

حمل ضائع ہو جانا

عام طور پر حمل ۳۷ ہفتے تک ماں کے پیٹ میں رہتا ہے اور تقریباً ۲۰ سے ۲۲ ہفتے (ساڑھے پانچ مہینے) کا حمل اس قابل ہوتا ہے کہ پیدائش کے بعد Incubator کے ذریعہ زندہ رکھا جا سکتا ہے۔ اگر ۲۰ سے ۲۲ ہفتے پہلے بیرونی کوشش کے بغیر حمل کسی طرح ختم ہو جائے تو اس کو اسقاط حمل کہتے ہیں۔

حمل ضائع ہونے کی کئی وجوہات ہیں۔

۱۔ ماں کے عوامل۔

۲۔ بچے کے عوامل۔

۱۔ ماں کے عوامل:

اس میں انفیکشن ذیابیطس تھائی رائیڈ ہارمون کی کمی دل کی کوئی تکلیف ہائی بلڈ پریشر سگریٹ اور شراب کا استعمال اور نفسیاتی وجوہات کے علاوہ رحم کی ساخت میں خرابی شامل ہے۔

۲۔ بچے کے عوامل:

اگر بچے میں کوئی بڑی جینیاتی (Genetic) خرابی موجود ہو یا پھر بچہ آکسیجن کی کمی یا کچھ دواؤں کے رد عمل (Reaction) کی وجہ سے ماں کے پیٹ میں مرجائے تو بھی حمل ضائع ہو جاتا ہے۔

علامات

پہلے حاملہ کی طبیعت ست اور بے چین ہوتی ہے۔ بدن ٹوٹتا ہے۔ پیٹ

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

کمر اور رانوں میں ٹھہر ٹھہر کر دردِ زہ کے مثل درد ہوتا ہے۔ جو رفتہ رفتہ بڑھتا رہتا ہے۔ رحم سے جریان خون ہوتا ہے۔ بعض عورتوں کو قے ہوتی ہے بخار بھی ہو جاتا ہے۔ بعض میں جریان خون کم اور بعض میں زیادہ ہوتا ہے۔

علاج

۱۔ فیروزی رنگ پانی صبح و شام کھانے سے پہلے۔

۲۔ سبز رنگ پانی صبح و شام کھانے کے بعد۔

۳۔ زرد رنگ پانی کھانا کھانے کے دو گھنٹے کے بعد۔

۴۔ حمل کے دوران لیڈی ڈاکٹر سے مشورہ کرتی رہیں۔

دودھ میں کمی

بعض اوقات اتنا دودھ نہیں بنتا کہ بچہ کی غذائی ضرورت پوری ہو جائے۔ پرولیکٹن ہارمون (جو کہ غدہ نخامیہ Pituitary Gland سے خارج ہوتا ہے) کی کمی اور ماں کی کمزور صحت اس کی وجوہات ہیں۔

علاج

۱۔ عنابی رنگ پانی صبح و شام۔

۲۔ نارنجی رنگ پانی دوپہر و رات کھانے کے بعد۔

۳۔ بنفشی رنگ کی روشنی غدہ نخامیہ (تالو) پر دس منٹ تک ڈالیں۔

ناک، کان، گلے کے امراض

منہ میں چھالے

اسباب

وائرس فنگس پریشانی ذہنی دباؤ دماغی کشمکش اعصابی کشاکش یا نظام ہضم کی بیماریاں۔

علامات

منہ کے اندر رخسار کے اندرونی رخ زبان پر چھالے پڑ جاتے ہیں۔ کھانا کھانے میں تکلیف ہوتی ہے اور ان چھالوں میں درد ہوتا ہے۔ فنگس کی صورت میں سفید تہہ زبان کے اوپر بن جاتی ہے۔

علاج

۱۔ نیلا رنگ پانی صبح و شام۔

۲۔ زرد رنگ پانی رات۔

۳۔ آسمانی رنگ پانی سے غرارے اور کلی دن میں تین بار۔

۴۔ صبح نہار منہ زرد شعاعوں کا تیل پیٹ پر مالش کریں۔ مرہم زرد معدہ کے منہ پر سوتے وقت مالش کریں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

حاد گلے کا ورم

اسباب

ٹھنڈے مشروبات کھٹی چیزیں کثرت کے ساتھ سگریٹ نوشی ایسی نوکری جس میں بیٹھا رہنا پڑے اور آواز کا اونچا استعمال زیادہ ہو سردی کا موسم اور بیکٹیریا اس کے اسباب ہیں۔

علامات

بخار سردرد متلی گلے میں درد نگلنے میں تکلیف۔

نبض کی رفتار تیز ہو جاتی ہے اور گلے کے معائنہ کے دوران اندرونی جھلی کا رنگ گلابی نظر آتا ہے۔

علاج

۱- آسمانی رنگ پانی صبح و شام۔

۲- فیروزی رنگ پانی دوپہر و رات۔

۳- نیلے رنگ پانی کے غرارے صبح و شام۔

مزمن گلے کا ورم

اسباب

حاد گلے کے ورم کا صحیح علاج نہ کیا جائے یا مریض میں قوت مدافعت

کمزور ہو تو مزمن بن جاتا ہے۔

تیز آواز میں باتیں کرنا زیادہ سگریٹ نوشی گرد و غبار شراب نوشی اور بڑھے ہوئے ٹانسلز اس کے اسباب میں سے ہیں۔

شکایات و علامات

مریض گلے میں سوزش اور خشک کھانسی کی شکایت کرتا ہے اور بار بار کھنکھارتا ہے۔ معائنہ کرنے پر گلے کی اندرونی جھلی کا رنگ سرخ نظر آتا ہے۔

علاج

۱- نیلا رنگ پانی صبح و شام۔

۲- نارنجی رنگ پانی دوپہر و رات۔

۳- آسمانی رنگ کے پانی سے غرارے دن میں تین بار۔

۴- نارنجی شعاعوں کا تیل گلے پر صبح و شام پانچ پانچ منٹ ہلکے ہاتھ سے مالش کریں۔

الرجی کی وجہ سے ناک کا بہنا

اسباب

یہ بیماری مردوں میں زیادہ ہوتی ہے اور ورثہ میں منتقل ہوتی ہے۔

مندرجہ ذیل اشیاء سے عموماً الرجی ہوتی ہے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

گرد و غبار پولن گرین (Pollens) انڈہ مچھلی سردی اور کسی دوا سے الرجک ہونا۔

اس بیماری کی دو اقسام ہیں۔

۱۔ وہ جو کسی مخصوص موسم میں ہوتی ہے۔

۲۔ وہ جو پورا سال رہتی ہے۔

علامات

ناک بند رہتی ہے۔ خصوصاً لیٹتے وقت بہت زیادہ بند رہتی ہے۔ ناک سے رطوبت نکلتی ہے۔ دورہ کی شکل میں چھینکیں آتی ہیں۔ آنکھوں سے پانی بہتا ہے۔ ناک کی جھلی میں ورم ہو جاتا ہے اور ناک کے غدود بڑھ جاتے ہیں۔

علاج

۱۔ آسمانی رنگ پانی صبح و شام۔

۲۔ سبز رنگ پانی دوپہر و رات۔

۳۔ ناک کی ہڈی پر نیلی شعاعوں کا تیل مالش کریں۔

۴۔ 12 x 9 انچ شیشہ پر سبز رنگ پینٹ کروا کر صبح و شام کھانے سے پہلے دس دس منٹ دیکھیں۔ رنگین شیشہ دیکھتے وقت چار فٹ کا فاصلہ ہونا چاہئے۔ شیشہ صاف شفاف ہونا ضروری ہے۔

۵۔ نظام ہضم درست رہنے کی تدبیر بھی ضروری ہے۔

نکسیر پھوٹنا

اسباب

ہائی بلڈ پریشر حدت بخار ناک میں زخم دماغ میں گرمی اور اکثر نامعلوم وجوہات کی بنا پر ناک سے خون بہنے لگتا ہے۔

علامات

سر میں گرمی اور خشکی معلوم ہوتی ہے۔ ناک کے نتھنوں میں جلن سوزش اور بعض اوقات خارش معلوم ہوتی ہے۔ دھوپ میں چلنے حقہ پینے یا پان چبانے ناک کھجانے چھینکنے یا زور سے کھنکارنے سے نکسیر پھوٹ جاتی ہے۔ بعض دفعہ بغیر کسی وجہ کے نکسیر پھوٹ جاتی ہے اور ناک سے خون بہنے لگتا ہے اور کبھی خون ایک یا دونوں نتھنوں سے قطرہ قطرہ یا دھار کی صورت میں بہتا ہے۔

علاج

۱۔ سبز رنگ پانی صبح و شام۔

۲۔ سبز رنگ پانی دونوں وقت کھانے سے پہلے۔

۳۔ ناک پر سبز رنگ شعاعوں کے تیل کی مالش کریں۔

۴۔ مریض کے سر پر آسمانی رنگ کی اور سبز رنگ کی روشنی روزانہ دس دس منٹ تک ڈالیں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

۵- آسمانی رنگ پانی ناک میں چڑھانے سے نکسیر رک جاتی ہے۔

سائی نس کا ورم

اسباب

کھوپڑی اور چہرے کی ہڈیوں میں کئی جگہ خلا ہوتا ہے جس کو سائی نس کہتے ہیں۔ بیکٹیریا کی کئی اقسام سائی نس کے ورم کا باعث بنتی ہیں۔ ناک کے پولپ (Polyps) ناک کی ہڈی کا ٹیڑھا ہوجانا اور ناک کا انفیکشن سائی نس کا باعث بنتا ہے۔

علامات

سردرد حتٰی بخار کی شکایت ناک کا ایک نتھنا بند رہتا ہے اور دوسرے نتھنے سے رطوبت خارج ہوتی رہتی ہے۔ متاثرہ سائی نس کے اوپر درد محسوس ہوتا ہے۔ درد اتنا شدید ہوتا ہے کہ مریض رونے لگتا ہے اور کسی کل اسے چین نہیں آتا۔

علاج

۱- Indigo رنگ پانی صبح و شام۔

۲- نارنجی رنگ پانی کھانے سے پہلے۔

۳- صبح و شام جامنی شعاعوں کا تیل پیشانی پر ملیں اور پوری ناک پر نیلی شعاعوں کا تیل مالش کیا جائے۔

دانتوں کا درد

اسباب

دانتوں پر میل کا جمنا دانتوں کو صاف نہ رکھنا میٹھی اور کھٹی چیزوں کا بکثرت استعمال بدہضمی ہونا پارہ سے مرکب کسی دوا کا استعمال دانتوں کی جڑوں میں کیڑا لگنا گیس کا اسفل کی بجائے اوپر کی طرف رجوع کرنا کمزور مسوڑھوں پر سخت ٹوتھ برش استعمال کرنا دانتوں سے کسی سخت دھات کو موڑنا کولڈ ڈرنک بوتل کے اوپر ڈھکن کو دانتوں سے کھولنا غیرضروری طور پر دانتوں میں سخت لکڑی یا ٹوتھ پک (Tooth Pick) سے خلال کرنا چھالیہ کھانا چیونگم اور ٹافیوں کا زیادہ استعمال تیز گرم روٹی یا تیز گرم مشروب کے بعد ٹھنڈا پانی دانتوں پر لگنا۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

علامات

دانت میں شدید درد ہوتا ہے منہ چلانے سے درد میں اضافہ ہوتا ہے۔ مسوڑھے متورم ہوجاتے ہیں۔ بعض دفعہ چہرہ پر بھی ورم آجاتا ہے۔

علاج

۱- درد کی صورت میں آسمانی رنگ پانی کی کلی بار بار کریں۔

۲- نیلا رنگ پانی صبح و شام کھانے سے پہلے۔

۳- سبز رنگ پانی کھانے کے بعد دونوں وقت۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

۴- زرد رنگ پانی دونوں وقت کھانے سے پہلے۔

۵- مرہم زرد معدہ کی جگہ چاروں طرف جذب کریں۔

پائیریا

اسباب

غذا میں وٹامن سی کی کمی نظام ہضم کی خرابی شراب کا استعمال۔

علامات

پیٹ میں گیس بھری رہنا حلق سے گیس کا اخراج قبض یا بار بار پیچش ہونا فضلہ کا صحیح اخراج نہ ہونا مسوڑھوں کا سوج جانا مسوڑھوں سے خون آنا مسوڑھوں کا گلنا دانتوں پر سے مسوڑھے اوپر ہو جانا مسوڑھوں میں پیپ پیدا ہونا مسوڑھوں کی گرفت کمزور ہونے سے دانت کھل جاتے ہیں اور دانتوں میں فاصلہ بڑھ جاتا ہے۔ دانت پر مسوڑھوں کے نیچے پیپ جم جاتی ہے منہ سے بدبو آتی ہے نوالہ چباتے وقت کراہت محسوس ہوتی ہے۔

علاج

۱- فیروزی رنگ پانی صبح و شام۔

۲- نارنجی رنگ پانی کھانے سے پہلے۔

۳- نارنجی شعاعوں کا تیل ناف کے چاروں اطراف مالش کریں۔

۴- وٹامن سی کی گولیاں دن میں دو بار۔

۵- انار کے چھلکے پانی میں اتنا پکائیں کہ پانی میں انار کا رنگ غالب ہو جائے صبح شام رات ایک ایک گلاس انار کے پانی سے کلیاں کریں۔

۶- پائیریا میں ہاضمہ خراب رہتا ہے یا ہاضمہ خراب ہونے سے پائیریا ہوتا ہے۔ عام طور سے پائیریا کے علاج میں نظام ہضم درست کرنے کی طرف توجہ نہیں دی جاتی اس لئے پائیریا کا مستقل علاج نہیں ہوتا۔ ڈینٹسٹ وہ اچھا سمجھا جاتا ہے جو دانت نکالنے کی مخالفت کرتا ہے جب کہ ابتدائی دنوں میں اگر خراب مسوڑھوں سے دانت الگ کر دیا جائے تو دانت لگانے میں بتیسی (Denture) زیادہ بہتر سیٹ ہوتی ہے۔ مسوڑھے گلنے کی وجہ سے ڈینچر صحیح طرح سیٹ نہیں ہوتا ایسی صورت حال میں معالج کو چاہئے کہ وہ مریض کو ماہر امراض دندان سے رجوع کرنے کا مشورہ دے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

آنکھ کی بیماریاں

نگاہ کی کمزوری

علامات

قریب کی نظر کمزور ہو تو تھوڑی دیر لکھنے پڑھنے یا نظر کا کام کرنے سے آنکھیں تھک جاتی ہیں اور آنکھوں کے سامنے اندھیرا آجاتا ہے۔ کتاب وغیرہ پڑھتے ہوئے حروف پر نگاہ نہیں جمتی اور حروف خلط ملط نظر آتے ہیں۔ آنکھوں میں سے پانی آتا ہے اور سر میں خفیف درد کی شکایت ہوجاتی ہے۔ بعض اوقات نظر دھندلا جاتی ہے۔

دور کی نظر کمزور ہو تو دور کی چیزیں صحیح طرح نظر نہیں آتیں جب کہ قریب کی چیزیں صاف نظر آتی ہیں۔

علاج

۱۔ آسمانی رنگ کی عینک دن میں دو تین گھنٹے کے لئے لگائیں۔

۲۔ Indigo رنگ پانی صبح و شام۔

۳۔ سبز رنگ پانی کھانے سے پہلے۔

۴۔ موٹے چکنے کاغذ پر دو دائرے بنائے جائیں۔ ایک میں نیلا رنگ اور دوسرے میں سرخ رنگ بھر کر گتہ پر یا ہارڈ بورڈ یا فارمیکا پر چپکالیں۔ ۴ فٹ کے فاصلہ سے صبح شام رات دس دس منٹ دیکھیں۔ کوشش کی جائے کہ دائرے دیکھنے کے دوران پلک نہ جھپکے یا کم سے کم جھپکے۔

۵۔ صبح سورج نکلنے سے پہلے ایسی جگہ بیٹھ جائیں جہاں سے سورج نکلتا ہوا نظر آئے۔ افق میں ایک منٹ تک پلک جھپکائے بغیر نکلتے سورج کو دیکھیں۔ ایک منٹ سے زیادہ نہ دیکھیں۔

۶۔ آسمانی رنگ پانی سے صبح اور سبز رنگ پانی سے رات کو آنکھیں دھوئیں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

شبکوری

اسباب

زیادہ تر یہ بیماری وٹامن اے کی کمی سے ہوتی ہے۔

علامات

مریض دن میں دیکھ سکتا ہے۔ جوں جوں دن ڈھلتا ہے اور سورج کی روشنی کم ہوتی ہے اور شام کا وقت قریب آتا ہے آنکھ کی بینائی کم ہوجاتی ہے۔ گرمیوں کی نسبت سردیوں میں مرض میں اضافہ ہوجاتا ہے۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

علاج

۱- فیروزی رنگ کی عینک دن میں دو تین گھنٹے لگائیں۔

۲- نیلا رنگ پانی صبح و شام۔

۳- زرد رنگ پانی دونوں وقت کھانے کے بعد۔

۴- صبح شام آسمانی رنگ پانی میں بار بار آنکھیں کھولیں اور بند کریں۔ پانی معمول کے مطابق ٹھنڈا ہو گرم پانی استعمال نہ کریں۔ پانی صاف شیشے کے پیالے میں رکھیں۔

آشوب چشم

اسباب

اس بیماری کی وجہ وائرس ہے۔ یہ لگنے والی بیماری ہے احتیاط کرنی چاہئے کہ ایک دوسرے کا تولیہ رومال اور تکیہ استعمال نہ کیا جائے۔

علامات

پپوٹوں کے اندر کی جھلی اور کبھی ڈیلے کے اوپر کی جھلی سرخ ہوتی ہے اور آنکھ سے رطوبت بہتی ہے۔ آنکھیں سرخ ہوجاتی ہیں آنکھوں میں چیپڑ بنتا ہے اور پانی نکلتا ہے۔ سوکر اٹھنے کے بعد آنکھیں چپکی ہوئی ہوتی ہیں۔ آنکھوں میں کھٹک ہوتی ہے آنکھ کا ڈیلا ہلنے سے آنکھ میں کنکر پڑنے کا احساس ہوتا ہے اور بہت تکلیف ہوتی ہے۔

علاج

۱- آسمانی رنگ کی عینک دن میں دو تین گھنٹے کے لئے استعمال کریں۔

۲- نیلے رنگ کے پانی سے آنکھوں کو زیادہ سے زیادہ دھوئیں۔

۳- نیلے رنگ کی روشنی آنکھوں پر پندرہ منٹ تک ڈالیں۔

۴- نیلا رنگ پانی صبح دوپہر شام۔

۵- زرد رنگ پانی کھانے سے پہلے۔

۶- سبز پانی دونوں وقت کھانا کھانے کے بعد۔

گوہانجنی

گوہانجنی پلکوں کے جڑ کے ورم کو کہتے ہیں۔

اسباب

جسمانی کمزوری ذیابطیس اور نشاستہ دار غذا کے کثرت استعمال سے پلکوں کی جڑ پر ایک خاص قسم کا بیکٹیریا حملہ آور ہوجاتا ہے۔

علامات

متاثرہ پپوٹے میں درد حدت اور بھاری پن کا احساس متاثرہ پپوٹا سرخ اور متورم ہوتا ہے آنکھ کا رنگ سرخ ہوجاتا ہے۔ متاثرہ پلک کی جڑ پر پیپ سے بھرا ہوا نقطہ کی طرح ایک دانہ ہوتا ہے جب وہ پھٹ جاتا ہے تو ورم ختم ہوجاتا ہے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

علاج

۱۔ جس پلک کی جڑ میں ورم ہو اس پلک کو احتیاط سے نکال دیں۔

۲۔ گہرے سبز رنگ کی روشنی پندرہ منٹ تک پلکوں پر ڈالیں۔

۳۔ نیلا رنگ پانی صبح و شام۔

۴۔ بنفشی رنگ پانی دوپہر کھانے کے بعد۔

۵۔ سبز رنگ پانی کھانے سے پہلے۔

۶۔ سبز رنگ پانی میں صاف روئی بھگو کر آنکھ کو دھوئیں۔

۷۔ خالص عرق گلاب میں نیلی شعاعیں جذب کر کے دن میں تین چار مرتبہ آنکھوں میں ڈالیں۔

پپوٹوں کا ورم

اسباب

بچوں میں عموماً یہ مرض بیکٹیریا اور گندگی سے ہوتا ہے۔

بڑوں میں عموماً یہ مرض خشکی سر کی خشکی جلد کی خشکی اور الرجی کی وجہ سے ہوتا ہے۔

علامات

پپوٹوں کے کناروں پر خشکی نظر آتی ہے۔ خشکی کے ذرات ہٹانے پر پپوٹے کے کنارے سرخ اور متورم نظر آتے ہیں۔ اور کبھی کبھار چھوٹے

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

چھوٹے زخم بن جاتے ہیں پپوٹوں میں خارش ہوتی ہے پپوٹوں کا اندرونی حصہ گلابی ہوتا ہے۔

علاج

۱۔ آسمانی رنگ پانی صبح و شام۔

۲۔ سبز رنگ پانی کھانے سے پہلے۔

۳۔ پلکوں پر نیلے رنگ کی روشنی ڈالیں۔

آنکھ کی بیرونی جھلی کا ورم

اسباب

یہ ایک بہت ہی عام بیماری ہے۔ اس میں زیادہ تر بیکٹیریا کی وجہ سے سوزش ہوتی ہے لیکن وائرس الرجی اور کیمیکل کے Reaction کی وجہ سے بھی بیرونی جھلی متاثر ہوتی ہے۔

علامات

زیادہ تر آنکھ کی بیرونی جھلی گلابی ہوتی ہے۔ آنکھ میں سے پانی نکلتا ہے جو کہ بعد میں پیپ کی شکل اختیار کر لیتا ہے آنکھ میں درد ہوتا ہے بعض صورتوں میں نظر دھندلا جاتی ہے۔ صبح اٹھتے وقت پلکیں آپس میں چپکی ہوئی ہوتی ہیں۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

علاج

۱۔ نیلے رنگ کی روشنی پندرہ منٹ تک چہرہ خصوصاً آنکھوں پر ڈالی جائے۔جس وقت روشنی ڈالیں آنکھیں بند رکھیں۔

۲۔ آسمانی رنگ کے پانی سے آنکھوں کو بار بار دھوئیں۔

۳۔ نیلا رنگ پانی صبح و شام پییں۔

۴۔ زیادہ روشنی اور دھوپ کے وقت آنکھوں پر سبز رنگ کی پٹی اس طرح باندھیں کہ آنکھوں کے سامنے پردہ پڑا رہے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

متفرق امراض

گٹھیا

اسباب

یہ ایک خود مدافعتی (Auto Immune) مرض ہے۔ خود مدافعتی مرض کا مطلب یہ ہے کہ جسم کا مدافعتی نظام اپنے ہی جسم کے بعض حصوں کے خلاف برسرپیکار ہو کر خود کو نقصان پہنچانا شروع کر دیتا ہے۔

بارش میں بھیگنے سردی لگنے بادی اور سرد چیزیں زیادہ استعمال کرنے اور ریاح زیادہ ہونے سے یہ درد ہوتا ہے ریاح جوڑوں میں جمع ہو جائے تو شدید درد ہوتا ہے۔ امراض خبیثہ کی وجہ سے بھی جوڑوں کا مدافعتی نظام خراب ہو جاتا ہے۔

علامات

۱۔ مرض شروع ہوتے وقت تھکن کا احساس زیادہ ہوتا ہے۔ جوڑوں میں ہلکا ہلکا درد ہوتا ہے۔ گھٹنے اور دوسرے جوڑ ٹھنڈے محسوس ہوتے ہیں۔ جوڑوں پر ورم آجاتا ہے۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

۲۔ اچانک پیر کے انگوٹھے کے جوڑ اور ہاتھوں کی انگلیوں میں شدید درد ہوتا ہے۔

مرض پرانا ہونے پر مریض کے ہاتھوں کی انگلیاں ٹیڑھی ہوجاتی ہیں اور جوڑوں کی حرکت کم سے کم ہوجاتی ہے۔ ہاتھوں اور پیروں کی انگلیوں کے جوڑوں کے علاوہ کلائی کے جوڑ کہنی کندھے کولہے گھٹنے ایڑھی کے جوڑ اور گردن کے جوڑ بھی متاثر ہوجاتے ہیں۔

جوڑوں میں درد کے ساتھ ساتھ سوجن اور دکھن ہوتی ہے۔ دبانے سے درد زیادہ ہوتا ہے اور جوڑوں کی حرکت میں کمی واقع ہوجاتی ہے۔ ہاضمہ خراب رہتا ہے دل کی دھڑکن تیز ہوجاتی ہے۔ سر میں شدید درد اور چکر آتے ہیں تکلیف کی شدت سے رات کو نیند نہیں آتی۔ ہاتھ پیر کی انگلیوں میں سنسناہٹ ہوتی ہے اور انگلیاں کھنچتی ہوئی محسوس ہوتی ہیں۔ کندھے دبانے سے ڈکاریں آتی ہیں کہنیوں کے اندرونی جوڑ پر ہلکا سا ورم آجاتا ہے دبانے سے میٹھا درد ہوتا ہے۔ زبان پر زردی مائل سفید تہہ جم جاتی ہے۔

علاج

۱۔ عنابی رنگ پانی صبح وشام کھانے کے بعد۔

۲۔ نارنجی رنگ پانی ناشتہ کے بعد۔

۳۔ سبز رنگ پانی رات کو سوتے وقت کھانا کھانے کے دو گھنٹے بعد۔

۴۔ گھٹنوں پنڈلیوں پر سبز شعاعوں کا تیل مالش کریں۔

۵۔ کہنی ہاتھ اور دوسرے جوڑوں پر سرخ شعاعوں کا تیل مالش کریں۔

۶۔ پیٹ پر پیلی شعاعوں کا تیل مالش کریں۔

۷۔ گردن اور کمر کے جوڑوں پر نیلی شعاعوں کا تیل مالش کریں۔

۸۔ درد اگر تر سرد چیزوں اور بادی کی وجہ سے ہو تو سرخ رنگ پانی صبح و شام دیں۔

۹۔ حبس ریاح کی صورت میں کندھوں پر زرد روشنی ڈالیں اور کندھوں کو دبائیں۔ کمر شانے اور پسلیوں کو دبانے سے اخراج ریاح ہوتا ہے جس کی وجہ سے درد کی شدت کم ہو کر درد ختم ہوجاتا ہے۔

نقرس

اسباب

یہ ایک ایسی بیماری ہے جس میں یورک ایسڈ (Uric Acid) کی زیادتی ہوجاتی ہے۔

۱۔ چوٹ لگنا۔

۲۔ سرجری۔

۳۔ شراب پینا۔

۴۔ انفیکشن۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

علامات

جوڑوں میں درد اور ورم ہوتا ہے۔ عام طور پر پہلے پیر کے انگوٹھے کے جوڑ میں درد اور ورم ہوتا ہے اس کے ساتھ ساتھ ایڑی کے جوڑ گھٹنے کے جوڑ کلائی انگلیوں اور کہنی کے جوڑ متاثر ہوجاتے ہیں۔ نقرس یورک ایسڈ کی زیادتی سے ہوتا ہے اور گٹھیا میں یورک ایسڈ کا عمل دخل نہیں ہوتا۔

علاج

۱- سرخ رنگ پانی صبح و شام۔

۲- زرد رنگ پانی کھانے سے پہلے۔

۳- متاثرہ جوڑ پر نارنجی رنگ کی روشنی پندرہ منٹ تک ڈالیں۔

۴- نیلی شعاعوں کا تیل کمر کے جوڑ پر اور سبز شعاعوں کا تیل گھٹنوں ایڑی کلائی اور کہنی پر صبح و شام دائروں میں مالش کریں۔

بھوک نہ لگنا

اسباب

میٹھی اور چکنی چیزوں کے زیادہ استعمال سے صفرا بڑھ جاتا ہے جس کی وجہ سے بھوک اڑ جاتی ہے۔ بادی ثقیل اور دیر ہضم چیزیں کھانے سے بلغم کی زیادتی سے بھی بھوک نہیں لگتی۔ پیٹ میں کیڑے ہونے سے بھی بھوک ختم ہوجاتی ہے۔ پیٹ میں کیڑوں کی موجودگی آنتوں اور معدہ کی حرکت کو غیر

معتدل کر دیتی ہے۔ زیادہ دیر بیٹھے رہنے اور چہل قدمی نہ کرنے سے معدہ کی کارکردگی اور اعصابی نظام خراب ہوجاتا ہے۔ فرج میں رکھی ہوئی چیزیں خصوصاً گوشت صحت کو متاثر کرتا ہے۔ ٹمپریچر کم ہونے کی وجہ سے بظاہر فرج میں رکھی ہوئی چیزیں اچھی حالت میں نظر آتی ہیں لیکن ان کے اندر نقص پیدا ہوجاتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ فرج سے نکال کر رکھی ہوئی چیزیں جلدی سڑ جاتی ہے جب کہ تازہ گوشت دیر تک خراب نہیں ہوتا۔

علامات

بعض اوقات بغیر کسی سبب کے کھانا کھانے کو دل نہیں چاہتا۔ اگر یہ کیفیت بڑھ جائے تو جسم کمزور ہوجاتا ہے۔ طبیعت کسلمند اور جسم ٹوٹا ٹوٹا رہتا ہے تھکن محسوس ہوتی ہے دل متلاتا ہے کھانے کی خواہش اس حد تک کم ہوجاتی ہے کہ مریض کو زبردستی کھلانا پڑتا ہے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

علاج

۱- زرد رنگ پانی صبح و شام۔

۲- نیلا رنگ پانی دوپہر و رات کھانے سے پہلے۔

۳- سبز رنگ پانی کھانے کے بعد۔

۴- سرخ رنگ پانی ناشتہ کے بعد۔

دل متلانے اور متلی کا بار بار احساس ہونے کی صورت میں

۱- فیروزی رنگ پانی صبح و شام۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

۲- سبز رنگ پانی کھانے سے پہلے۔

۳- زرد رنگ پانی کھانے کے بعد۔

موٹاپا

یہ ایک غذائی بیماری ہے جو عموماً دل کی بیماری ریاحی بیماری ذیابیطس اور بلڈ پریشر وغیرہ کا سبب بنتی ہے۔ موٹے لوگوں کی عمریں کم ہوتی ہیں۔

یہ مرض خون میں چربی کی مقدار بڑھنے سے ہوتا ہے چربی کی مقدار بڑھنے کی وجوہات جینیاتی ماحولیاتی غذا میں بے اعتدالی کم چلنا پھرنا زیادہ بیٹھے رہنا اور ورزش نہ کرنا ہیں۔

علامات

مریض کے ظاہری حالات دیکھنے سے ہی بیماری کا پتہ چل جاتا ہے لیکن دیے گئے پیمانے کے مطابق مریض کا معائنہ کرنا چاہیے۔

علاج

۱- سیاہ رنگ پانی صبح و شام۔

۲- سرخ رنگ پانی دوپہر و شام کھانے کے بعد۔

۳- سیاہ رنگ کی روشنی پیٹ پر پندرہ منٹ تک ڈالیں۔

۴- معدہ میں اگر زخم ہو تو اس علاج کے ساتھ ساتھ السر کا علاج بھی کریں۔

۵- چہل قدمی اور کھانوں میں اعتدال ازحد ضروری ہے۔

دانت پیسنا

اسباب

آنتوں میں کیڑوں کی وجہ سے اور دیگر کئی وجوہات کی بنا پر یہ مرض لاحق ہوتا ہے۔

علامات

مریض کے منہ سے پانی بہتا ہے۔ نظام ہضم درست نہیں رہتا جمائیاں اور انگڑائیاں کثرت سے آتی ہیں سوتے میں مریض گہری نیند میں دانت کڑکڑاتا اور پیستا ہے رال بہتی ہے آنکھیں بے رونق ہوتی ہیں ناخن کا رنگ پھیکا ہو جاتا ہے چہرہ پھیکا پھیکا لگتا ہے کبھی پیٹ پھول کر ڈھول کی طرح ہو جاتا ہے۔

علاج

۱- زرد رنگ پانی صبح و شام۔

۲- نیلا رنگ پانی دونوں وقت کھانے سے پہلے۔

۳- چھاچھ کو صبح دس بجے سے دوپہر دو بجے تک سرخ شعاعوں میں رکھیں اس کے بعد چوبیں گھنٹے اندھیرے میں رکھ کر مریض کو پلا دیں۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

جسمانی کمزوری

جسمانی کمزوری عموماً کسی بیماری کی وجہ سے ہوتی ہے لیکن بعض اوقات تشخیص نہیں ہوتی۔ مریض کمزوری اور تھکاوٹ محسوس کرتا ہے اور جسم ٹوٹتا ہوا محسوس ہوتا ہے۔

علاج

۱۔ نارنجی رنگ پانی صبح و شام۔

۲۔ سرخ رنگ پانی دوپہر کھانے کے بعد۔

۳۔ نیلا پانی رات کو سوتے وقت کھانا کھانے کے دو گھنٹے کے بعد۔

بفا۔ بھوسی

مرغن غذائیں تلے ہوئے کھانے اور نمکین چیزوں کا زیادہ استعمال اس کے اسباب ہیں۔

علامات

بالوں میں سفید ذرات پیدا ہوجاتے ہیں بفا کی وجہ سے طبیعت میں عجیب طرح کی جھنجلاہٹ پیدا ہوجاتی ہے۔

علاج

۱۔ نیلے رنگ کا پانی صبح و شام۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

۲۔ نارنجی رنگ پانی دوپہر کھانے کے بعد۔

۳۔ سبز رنگ پانی رات کھانے کے بعد۔

۴۔ چاند کی کرنوں سے تیار شدہ گلوبز تیل سر میں لگانے سے خاطر خواہ فوائد سامنے آئے ہیں۔

لو لگنا

اسباب

موسم گرما میں گرمی کی شدت اور تیز گرم ہوا (لو) لگنے کا سبب بنتی ہے۔

علامات

سر میں درد ہوتا ہے پھر شدت کا بخار چڑھ جاتا ہے۔ پیاس شدید لگتی ہے اور پیشاب بار بار آتا ہے۔ سخت بے چینی ہوتی ہے چہرہ اور آنکھیں سرخ ہوجاتی ہیں دل کی دھڑکن تیز ہوجاتی ہے جسم پسینہ سے شرابور ہوجاتا ہے اور مریض بے ہوش ہوجاتا ہے۔ نبض باریک چلتی ہے۔ کبھی ابکائیاں آتی ہیں اور کبھی سرسامی کیفیت ہوجاتی ہے۔

علاج

۱۔ آسمانی رنگ پانی صبح و شام۔

۲۔ سبز رنگ پانی کھانے کے بعد۔

۳۔ نارنجی رنگ پانی ناشتہ کے ایک گھنٹہ بعد۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

۴- مریض کو نیلے رنگ اور سبز رنگ روشنی میں پندرہ پندرہ منٹ لٹائیں۔

ٹائی فائیڈ

اسباب

یہ مرض ایک قسم کے بیکٹیریا سے پیدا ہوتا ہے۔

علامات

شروع شروع میں تھکن سر کا درد کھانسی اور گلے کی سوزش ہوتی ہے۔ بخار بھی ہوجاتا ہے بخار روزانہ تھوڑا تھوڑا زیادہ ہوتا رہتا ہے۔ یہاں تک کہ ۷ یا ۸ دن بعد بڑھنا رک جاتا ہے۔ مریض کو دست یا قبض کی شکایت بھی ہوجاتی ہے۔ ٹائی فائیڈ بخار تقریباً مستقل رہتا ہے۔ کسی بھی وقت بخار ختم نہیں ہوتا۔ ٹائی فائیڈ کا بخار ملیریا بخار کی بہ نسبت کم ہوتا ہے۔ یعنی ٹائی فائیڈ بخار 100°F سے 102°F تک چلتا ہے۔ جبکہ ملیریا میں دورہ کے وقت بخار 103°F سے 105°F تک اوپر چلا جاتا ہے۔

علاج

۱- نیلا رنگ پانی صبح و شام کھانے سے پہلے۔

۲- فیروزی رنگ پانی صبح و رات۔

۳- زرد رنگ پانی دوپہر اور شام۔

۴- آسمانی رنگ روشنی پندرہ منٹ تک سر پر ڈالیں۔

ملیریا

اسباب

پلازموڈیم جراثیم خون میں داخل ہونے سے ملیریا ہوجاتا ہے۔
پلازموڈیم مچھر کے کاٹنے سے ہوتا ہے۔ اس مچھر کو Anopheles کہتے ہیں۔

علامات

ملیریا دورانیہ کی صورت میں ہوتا ہے۔ ہر مرتبہ دورہ کے وقت شدید سردی لگتی ہے اور کپکپاہٹ طاری ہوکر 105°F سے 106°F تک بخار ہوجاتا ہے بخار چار سے آٹھ گھنٹے تک رہتا ہے۔ ملیریا کا بخار تیسرے یا چوتھے دن ہوتا ہے۔ درمیان کے دنوں میں بخار نہیں ہوتا۔

تھکن سردرد چکر آنا بھوک کی کمی متلی قے پیٹ کا درد جوڑوں اور عضلات کا درد اور خشک کھانسی کی شکایت بھی ہوسکتی ہے۔

علاج

۱- آسمانی رنگ پانی صبح دوپہر شام۔

۲- سبز رنگ پانی کھانے کے بعد۔

۳- مریض کو روزانہ آسمانی رنگ کی روشنی میں دس منٹ صبح اور سبز روشنی میں دس منٹ شام لٹائیں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ایڈز

ایڈز *ایچ آئی وائرس کی وجہ سے ہوتا ہے۔ اس مرض میں جسم کے مدافعتی نظام میں شدید خلل واقع ہو جاتا ہے۔ جس کی وجہ سے مریض جلدی جلدی بیمار ہونے لگتا ہے۔

یہ وائرس خون کی منتقلی کے ذریعے ماں سے بچے میں اور غیر فطری جنسی تعلقات کے ذریعے ایک مریض سے دوسرے کو منتقل ہوتا ہے۔ ایڈز وائرس منتقل ہونے کے بعد تقریباً دو سے دس سال میں ایڈز کی علامات ظاہر ہوتی ہیں۔

علاج

۱۔ آسمانی رنگ پانی صبح و شام۔

۲۔ زرد رنگ پانی کھانے سے پہلے۔

۳۔ سبز رنگ پانی کھانے کے بعد۔

۴۔ عنابی رنگ پانی دوپہر و رات۔

۵۔ جامنی روشنی رات کو سونے سے پہلے بغلوں میں دس سے پندرہ منٹ تک ڈالیں۔

*HIV (Human Immune Deficiency Virus)

۶۔ 6 x 9 انچ شیشہ پر گہرا سبز رنگ پینٹ کروا کر صبح و شام پندرہ پندرہ منٹ دیکھیں۔

۷۔ نیلی شعاعوں کا تیل گردن کے جوڑ پر اور بینگنی شعاعوں کا تیل ریڑھ کی ہڈی کے آخری جوڑ پر صبح شام پانچ پانچ منٹ اینٹی کلاک وائز مالش کریں۔

۸۔ فیروزی شعاعوں کا تیل جنگھاسوں اور بغلوں میں سیدھے ہاتھ کے انگوٹھے سے پانچ پانچ منٹ مالش کریں۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

قد اور وزن کا چارٹ

قد (جوتوں کے بغیر)		وزن (کلوگرام) کپڑوں کے بغیر			
فٹ	انچ	کم وزن	نارمل وزن	موٹا	بہت موٹا
4	9	34	42-53	63	84
4	10	35	44-55	66	88
4	11	36	45-56	68	90
5	0	37	46-58	69	92
5	1	38	47-59	71	95
5	1	39	49-61	73	97
5	2	40	50-62	75	100
5	3	41	51-64	77	102
5	4	42	52-66	79	105
5	5	43	54-67	81	108
5	5	44	55-69	83	110
5	6	45	56-71	85	113

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

قد (جوتوں کے بغیر)		وزن (کلوگرام) کپڑوں کے بغیر			
فٹ	انچ	کم وزن	نارمل وزن	موٹا	بہت موٹا
5	7	46	58-72	87	116
5	8	47	59-74	89	118
5	9	48	61-76	91	121
5	9	50	62-77.5	93	124
5	10	51	63-79	95	127
5	11	52	65-81	97	130
6	0	53	66-83	99	132
6	0	54	68-85	102	136
6	1	55	69-86	104	138
6	2	57	71-88	106	141
6	3	58	72-90	108	144
6	4	59	74-92	111	147

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

MOHAMMAD ZAFAR
MSc Chemistry
Senior Chemist
Feroz Sons Laboratories
Nowshera (N.N.F.P.)

SAMPLES:

BChrome - YChrome - OChrome - VChrome.

Sample are in solution form prepared by Colour Therapy Research Lab.

PREPARATION OF CHROMES:

Following informations about preparation of chromes has been furnished by Dr. Mian Mukhtar-ul-Haq.

Chromes are basically glucose solution or distilled water. Under strict hygienic condition these are then kept in different coloured lights for specific time duration e.g 100 hrs, 150 hrs, 200 hrs.

B Chrome means blue colour absorbed in solution.

G Chrome means green colour absorbed in solution.

Y Chrome means yellow colour absorbed in solution & so-on. To increase further the efficacy of chromes they are then kept under the pyramid effect.

PURPOSE OF STUDY:

The purpose of this study was to see the difference b/w colour treated & nontreated solution & to detect the change that converts a simple solution into medicine & gives it the ability to cure.

PROCEDURE:

I have compared the provided samples of chromes with comparable nontreated solution & noted their absorbance under different frequencies.

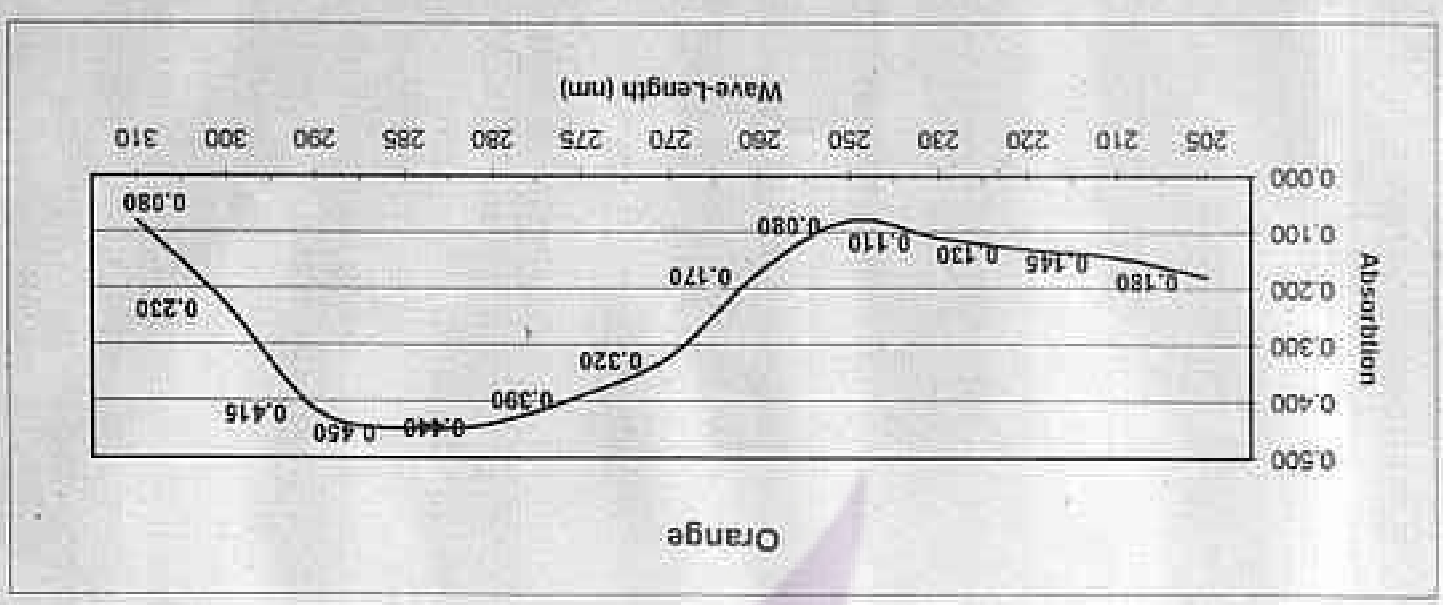
RESULTS:

It has been revealed that under different frequencies different chromes has got different absorbance. (Tables 1 - 4) These confirms the hypothesis that coloured light brings a change in a solution or in water that enables them to cure diseases.

SUGGESTIONS:

These spectrophotometric study of chromes have made a new horizon for future research in colour-therapy. This study was the brain child of Dr. Mian Mukhtar-ul-Haq. I hope that onward research on colour-therapy will contribute to the advancement of the frontiers of modern medicine.

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

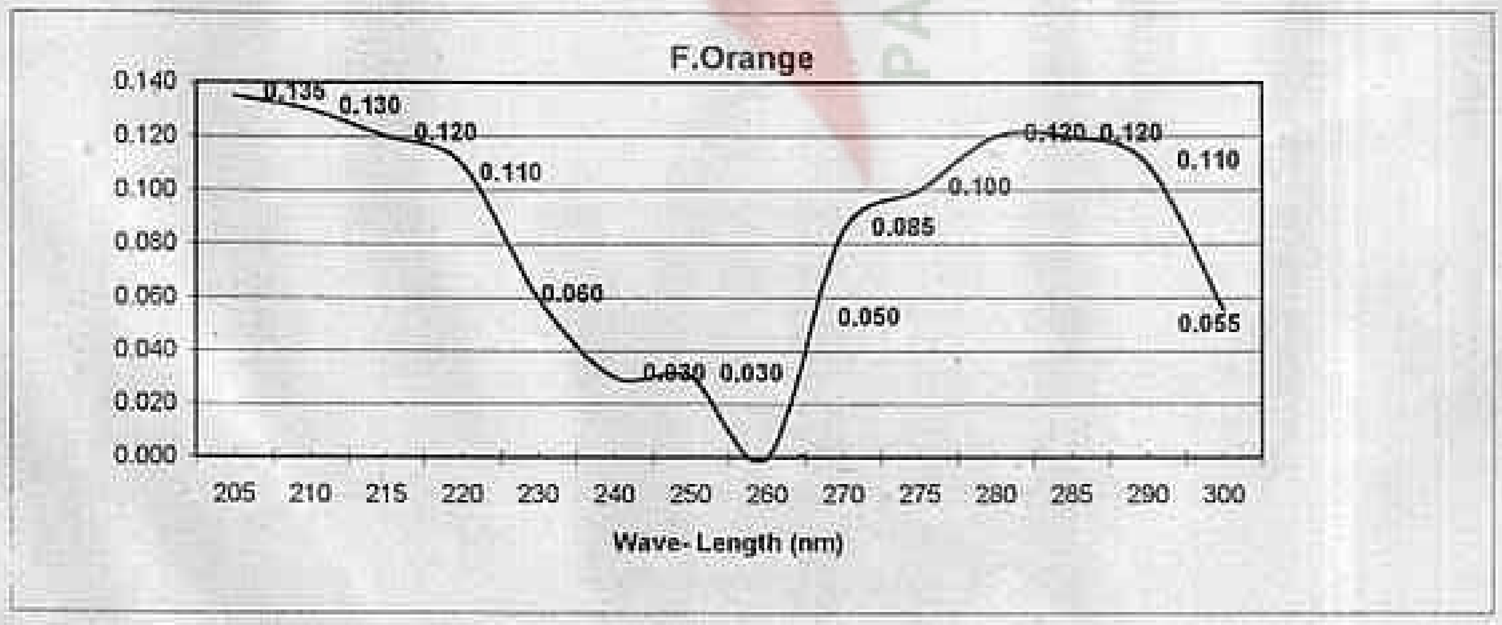


λ	205	210	220	230	250	260	270	275	280	285	290	300	310
Abs	0.180	0.145	0.130	0.110	0.080	0.170	0.320	0.390	0.440	0.450	0.415	0.230	0.080

O-CHROME

Y-CHROME

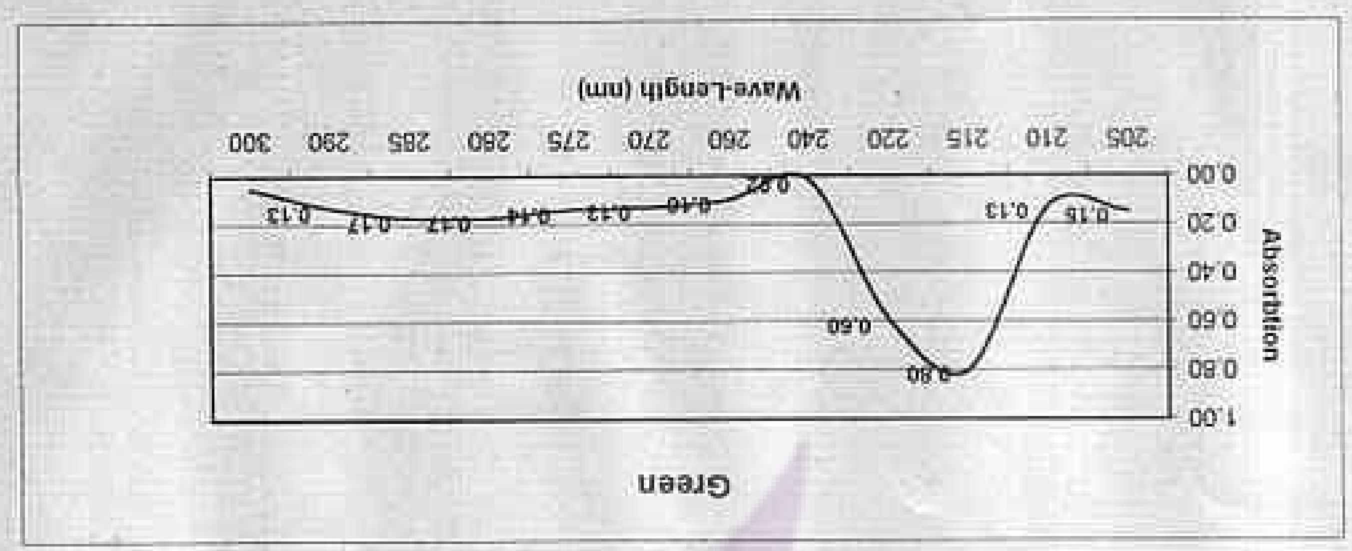
λ	205	210	215	220	230	240	250	260	270	275	280	285	290	300
Abs	0.135	0.130	0.120	0.110	0.060	0.030	0.030	0.050	0.085	0.100	0.120	0.120	0.110	0.055



Courtesy www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

4/1/98

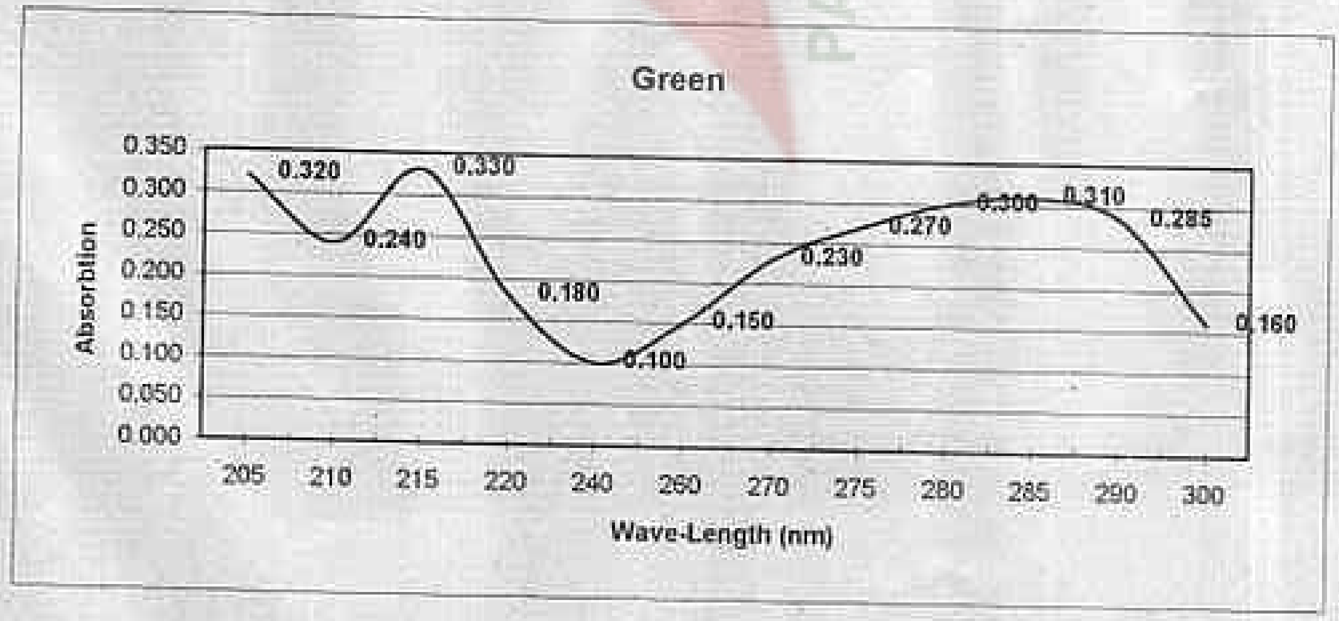


λ	205	210	215	220	240	260	270	275	280	285	290	300
Abs	0.15	0.13	0.8	0.6	0.02	0.10	0.13	0.14	0.17	0.17	0.13	0.05

V-CHROME

G-CHROME

λ	205	210	215	220	240	260	270	275	280	285	290	300
Abs	0.320	0.240	0.330	0.180	0.100	0.150	0.230	0.270	0.300	0.310	0.285	0.160



4/1/98

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

بیماریوں کے اردو / انگریزی نام

Diseases of Digestive System, Liver & Pancreas — نظام ہضم، جگر اور لبلبہ کی بیماریاں

Peptic Ulcer	معدہ کا زخم
Gargling, Bloating, Flatulance	نفخ و قراقر معدہ
Worms Infestation	پیٹ کے کیڑے
Gastro-Enteritis	اسہال
Dysentry	پیچش
Cholera	ہیضہ
Constipation	قبض
Irritable Bowel Syndrome	ذہنی دباؤ کی وجہ سے پیٹ کی خرابی
Dyspepsia	ہاضمہ کی خرابی
Hiccup	ہچکی
Chrones Disease	چھوٹی آنت کی سوزش
Ulcerative Colitis	بڑی آنت کی سوزش
Haemorrhoides (Bleeding)	خونی بواسیر

Haemorrhoides (Non Bleeding)	ریح البواسیر
Fistula ANO	بھگندر
Jaundice	یرقان
Hepatitis	ورم جگر
Cirrhosis	جگر کا سکڑ جانا
Ascites	استسقاء
Diabetes Mellitus	ذیابیطس
Hematemesis	خونی قے

Diseases of Respiratory System — نظام تنفس کی بیماریاں

Cattarrah / Coryza	نزلہ و زکام
Bronchitis	کھانسی
Asthma	دمہ
Pnuemonia	نمونیا
Tuberculosis	ٹی بی

Diseases of Heart & Circulatory System — دل اور نظام خون کی بیماریاں

Palpitation	اختلاج قلب

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

Angina	انجائنا
Myocardial Infarction	دل کا دورہ
Anaemia	خون کی کمی
Low Blood Pressure	لو بلڈ پریشر
High Blood Pressure	ہائی بلڈ پریشر
Purpura	جسم پر نیلے نشانات

Sexual Diseases — مردانہ امراض

Spermatorrhoea	جریان
Masturbation	جلق
Impotence	نامردی
Premature Ejaculation	سرعت انزال
Nocturnal Emission	کثرت احتلام

Diseases of Kidney & Ureter — گردہ اور مثانہ کی بیماریاں

Bed Wetting, Urinary incontinance	بستر میں پیشاب
Gonorrhoea	سوزاک
Pyelonephritis	گردوں کا ورم

Acute Pyelonephritis	گردوں کا حاد ورم
Chronic Pyelonephritis	گردوں کا مزمن ورم
Renal Colic	درد گردہ
Cystitis, Urinary Tract Infections	مثانہ اور پیشاب کی نالی کا ورم
Haematuria	پیشاب میں خون آنا

Diseases of Nervous System — دماغی امراض

Bilious Headache	صفراوی درد سر
Migraine	درد شقیقہ
Vertigo	آنکھوں کے نیچے اندھیرا آنا
Dysarthria	لکنت
Epilepsy	مرگی
Encephalitis	دماغی ورم
Meningitis	گردن توڑ بخار
Paralysis	فالج
Hydrocephalus	سر میں پانی بھر جانا
Bell's Palsy-Facial Nerve Palsy	بل لقوہ
Parkinson's Disease	رعشہ

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

Fainting	غشی - بے ہوشی
Apoplexy	سکتہ
Sciatica	عرق النساء
Diseases of Hormones	**ہارمونز کی بیماریاں**
Hyperthyroidism	تھائی رائیڈ ہارمونز کی زیادتی
Hypothyroidism	تھائی رائیڈ ہارمونز کی کمی
Psychiatric Ilnesses	**نفسیاتی بیماریاں**
Schizophrenia	شیزو فرینیا
Depression	ڈپریشن
Mania	جنون
Acute Psychosis	پاگل پن
Dementia	نسیان
Night Mare	ڈراؤنے خواب
Insomnia	نیند نہ آنا
Hysteria	ہسٹیریا
Panic Attacks	خوف اور دہشت
Phobia	فوبیا

Obsessive - Compulsive Disorder	تکرار خیال اور تکرار عمل
Tension Headache	ٹینشن کی وجہ سے سر درد
Skin Diseases	**جلد کے امراض**
Frekles, Lentigo, Choasm	سیاہ داغ
Acne Pimples	کیل - مہاسے
Prickly Heat	گرمی دانے
Urticaria	پتی اچھلنا
Ring Worm	داد
Psoriasis	چنبل - سوریاسس
Leukoderma	برص
Children's Diseases	**بچوں کی بیماریاں**
Teething	دانت نکلنا
Bronchitis	کھانسی
Gstroenteritis	اسہال
Marasmus	ام الصبیان
Whooping Cough	کالی کھانسی
Small Pox	چیچک

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

Chicken Pox	لاکڑا کاکڑا
Tatanus	کزاز
Measles	خسرہ

Gynecological Diseases — عورتوں کے امراض

Dysmenorrhea	ایام تکلیف سے آنا
Amenorrhea	ایام کا رک جانا
Menorrhagia	ایام کی زیادتی
Vulvulitis	اندام نہانی پر ورم
Leukorrhea	لیکوریا
Infertility	بانجھ پن
Abortion	حمل ضائع ہوجانا
Hypolactation	دودھ کی کمی

Ear, Nose & Throat Diseases — ناک، کان اور گلے کے امراض

Mouth Ulcers	منہ میں چھالے
Acute Phyringitis	حاد گلے کا ورم
Chronic Phyringitis	مزمن گلے کا ورم

Allegic Rhinitis	الرجی کی وجہ سے ناک کا بہنا
Epistaxis	نکسیر پھوٹنا
Sinusitis	سائی نس کا ورم
Toothache	دانتوں کا درد
Bleeding Gums-Pyorrhea	پائیریا

Eye Diseases — آنکھ کی بیماریاں

Ametropia	نگاہ کی کمزوری
Night Blindness	شبکوری
Opthalmia Conjunctivitis	آشوب چشم
Stye	گوہانجی
Blepharitis	پپوٹوں کا ورم
Conjunctivitis	آنکھ کی بیرونی جھلی کا ورم

Rheumatoid Diseases — متفرق امراض

Rheumatoid Arthritis	گٹھیا
Gout	نقرس
Anorexia	بھوک نہ لگنا
Obesity	موٹاپا

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

Teeth Grinding During Sleep	سوتے میں دانت پیسنا
Weakness	جسمانی کمزوری
Dandruff	بفا۔ بھوسی
Heat Stroke	لو لگنا
Typhoid	ٹائیفائیڈ
Malaria	ملیریا
Aids	ایڈز

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ڈاکٹر فیاض حکیم

M.B.B.S., M.D.(U.S.A)

Diplomate American Board of Medicine

ڈاکٹر فیاض حکیم صاحب امریکہ کے شہر سپرنگ فیلڈ میں مقیم ہیں۔ ونگ میموریل ہسپتال اینڈ میڈیکل سینٹرز میں میڈیکل اسپیشلسٹ کی حیثیت سے خدمات سرانجام دے رہے ہیں۔ ڈاکٹر صاحب ایلوپیتھک میڈیسن کے ساتھ ساتھ رنگ و روشنی سے بھی علاج تجویز کرتے ہیں۔ کلر فزیو تھراپی سے مریضوں کا کامیاب علاج کر چکے ہیں۔

انہوں نے کلر تھراپی کو نسوانی امراض مردانہ امراض جوڑوں میں درد کھانسی بخار دمہ پیٹ کے جملہ امراض اور کمر درد وغیرہ میں بہت مفید پایا ہے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

اینڈریو

عمر: ۳۵ سال

مرض: فالج

تجویز کردہ علاج: نیلی شعاعوں کے تیل کی گردن کے جوڑ پر اور دونوں کولہوں کے درمیان ریڑھ کی ہڈی کے جوڑ پر صبح و شام مالش۔ متاثرہ جوڑوں پر سرخ شعاعوں کے تیل کی مالش۔ سرخ روشنی متاثرہ جوڑوں پر صبح و شام ڈالی گئی۔ نیلا پانی۔

نتائج: ایک ماہ کے مسلسل علاج سے مریض کے اعضاء میں حرکت آگئی۔ علاج جاری رکھنے کی ہدایت کی گئی۔

رابرٹ برکو

عمر: ۳۰ سال

مرض: گٹھیا

تجویز کردہ علاج: نیلی شعاعوں کا تیل کولہوں کے درمیان کمر کے جوڑ پر صبح و شام مالش۔ نیلی روشنی صبح پندرہ منٹ تک۔ سبز روشنی شام پندرہ منٹ تک متاثرہ ٹانگ پر ڈالی گئی۔

نتائج: ۳۔۲ دن میں مرض کی شدت کم ہوگئی اور پندرہ دنوں میں مریض اللہ کے فضل سے صحت یاب ہوگیا۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

لارنس

عمر: ۳۵ سال

مرض: جوڑوں کا درد

تجویز کردہ علاج: نارنجی شعاعوں کا تیل جوڑوں پر مالش کے لئے۔ نیلی روشنی متاثرہ جوڑوں پر صبح و شام دس دس منٹ ڈالی گئی۔

نتائج: ایک ماہ میں مریض کے جوڑوں کے درد میں کافی آرام آگیا۔

ڈوگلس

عمر: ۱۰ سال

مرض: اعضاء کی کمزوری

تجویز کردہ علاج: نیلی شعاعوں کا تیل گردن کے جوڑ پر اور کولہوں کے درمیان کمر کے جوڑ پر صبح و شام پانچ پانچ منٹ کے لئے مالش کی گئی۔ مریض کے جسم پر نارنجی روشنی صبح و شام پندرہ پندرہ منٹ تک ڈالی گئی۔

نتائج: ایک ماہ کے مسلسل علاج سے بچے کے اعضاء (Muscles) میں آہستہ آہستہ توانائی بحال ہوگئی۔ علاج جاری رکھنے کی ہدایت کی گئی۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

فریڈ بلم

عمر: ۴۰ سال

مرض: تھکن کمزوری

تجویز کردہ علاج: مریض کے سر پر نیلی روشنی روزانہ پندرہ منٹ تک ڈا
گئی۔ 9" x 12" نیلا رنگ شیشہ صبح اور نارنجی رنگ شیش
شام میں دیکھنے کی ہدایت کی گئی۔

نتائج: ۱۵ دنوں میں مریض نے اپنے اندر توانائی محسوس کی۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ڈاکٹر شگفتہ فیروز

B.Sc., M.B.B.S.

F.R.S.H. (London), M.C.P.S. (F.MED)

ڈاکٹر صاحبہ فیملی فزیشن ہیں۔ پاکستان سوسائٹی آف فیملی فزیشن کی جوائنٹ سیکریٹری ہیں لاہور میں رہائش پذیر ہیں کلر اینڈ ریز تھراپی (Colour and Rays Therapy) پر تقریباً آٹھ سال سے کام کر رہی ہیں۔ ڈاکٹر صاحبہ نے دس مختلف بیماریوں کے ایک ہزار مریضوں کا ریکارڈ جمع کیا ہے۔ مریضوں کا جو ریکارڈ انہوں نے ترتیب دیا ہے ان میں خواتین مرد اور بچے شامل ہیں۔

پیشاب میں جلن

مریضوں کی تعداد: ۱۰۰

بیماری کی کل مدت: سات سے آٹھ دن

مرض کی شدت: درمیانی

تجویز کردہ علاج: نیلا اور سبز رنگ پانی

علاج کا دورانیہ: پانچ دن

نتائج: ۵۹ فیصد

ہائی بلڈ پریشر

مریضوں کی تعداد: ۱۰۰

بیماری کی کل مدت: ۴ تا ۵ سال

مرض کی شدت: درمیانی

تجویز کردہ علاج: سبز رنگ پانی

علاج کا دورانیہ: ۱۵ تا ۳۰ دن

نتائج: ۴۵ فیصد لوگوں کا بلڈ پریشر کنٹرول ہو گیا۔

لو بلڈ پریشر

مریضوں کی تعداد: ۱۰۰

بیماری کی کل مدت: ۲ تا ۳ ماہ

مرض کی شدت: درمیانی

تجویز کردہ علاج: سرخ رنگ پانی

علاج کا دورانیہ: ۷ تا ۱۰ دن

نتائج: ۵۸ فیصد

السر

مریضوں کی تعداد: ۱۰۰

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

بیماری کی کل مدت: ۲ تا ۳ ماہ

مرض کی شدت: درمیانی

تجویز کردہ علاج: سبز رنگ اور زرد رنگ پانی

علاج کا دورانیہ: ۲۵ دن

نتائج: ۵۸ فیصد

ایام میں کمی

مریضوں کی تعداد: ۱۰۰

بیماری کی کل مدت: ۲ تا ۳ سال

مرض کی شدت: درمیانی

تجویز کردہ علاج: جامنی رنگ پانی جامنی تیل کی مالش کولہوں کے درمیان ریڑھ کی ہڈی کے جوڑ پر

علاج کا دورانیہ: ۱۰ تا ۱۵ دن

نتائج: ۵۸ فیصد

حمل کی الٹیاں

مریضوں کی تعداد: ۱۰۰

بیماری کی کل مدت: ۲ تا ۳ ماہ

مرض کی شدت: شدید

تجویز کردہ علاج: نیلا رنگ پانی

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

علاج کا دورانیہ: ۷ تا ۸ دن

نتائج: ۴۰ فیصد

نمونیا

مریضوں کی تعداد: ۱۰۰

بیماری کی کل مدت: ۲ تا ۳ دن

مرض کی شدت: شدید

تجویز کردہ علاج: نیلا اور نارنجی رنگ پانی

علاج کا دورانیہ: ۵ تا ۷ دن

نتائج: ۴۱ فیصد

دمہ

مریضوں کی تعداد: ۱۰۰

بیماری کی کل مدت: ۱۰ تا ۱۵ دن

مرض کی شدت: شدید

تجویز کردہ علاج: نیلا اور نارنجی رنگ پانی

علاج کا دورانیہ: ۷ تا ۱۰ دن

نتائج: ۵۵ فیصد

بخار

مریضوں کی تعداد: ۱۰۰

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

بیماری کی کل مدت: ۲ تا ۳ دن

مرض کی شدت: شدید

تجویز کردہ علاج: نیلا رنگ پانی

علاج کا دورانیہ: ۲ تا ۳ دن

نتائج: ۶۰ فیصد

جوڑوں کا درد

مریضوں کی تعداد: ۱۰۰

بیماری کی کل مدت: ۲ تا ۳ ماہ

تجویز کردہ علاج: نیلا اور سرخ رنگ پانی سرخ تیل کی متاثرہ جوڑوں پر مالش

علاج کا دورانیہ: ۷ تا ۱۰ دن

نتائج: ۶۱ فیصد

نوٹ: مختلف بیماریوں مثلاً بخار دمہ نمونیہ حمل کی الٹیاں ہائی بلڈ پریشر وغیرہ میں کچھ ایسے کیسز (Cases) بھی سامنے آئے جن میں ایلوپیتھک طریقہ علاج شامل کیا گیا تو اللہ تعالی نے شفا دی۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

ڈاکٹر جاوید سمیع
M.B.B.S., MD (P.G)

اختر سلطانہ

عمر: ۳۰ سال۔

مرض: مرگی۔

تجویز کردہ علاج: B-Aqua, G-Aqua نیلی شعاعوں کے تیل کی گردن کے جوڑ پر صبح و شام مالش۔ مریضہ کو صبح و شام "9"x12 فیروزی رنگ شیشہ دیکھنے کی ہدایت کی گئی۔

نتائج: مریضہ پہلے سے Tegretol 200mg BD گولیاں لے رہی تھی لیکن اس کے باوجود مہینہ میں دو بار دورہ پڑتا تھا۔ رنگ و روشنی کا علاج شامل کرنے کے بعد مریضہ کے دوروں کے دورانیہ میں کمی آگئی اور دو مہینے کے بعد دورے پڑنا بند ہوگئے۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

سلطان

عمر: ۵۰ سال۔

مرض: فالج۔

تجویز کردہ علاج: B-Aqua, O-Aqua, R-Aqua نیلی شعاعوں کا تیل گردن اور کمر کے جوڑوں پر صبح و شام مالش، متاثرہ جوڑوں پر سرخ شعاعوں کے تیل کی مالش صبح و شام۔ متاثرہ حصوں پر سرخ روشنی صبح و شام ۲۰ منٹ تک ڈالی گئی۔

نتائج: ۲ ماہ میں مریض کے اعضاء میں آہستہ آہستہ حرکت پیدا ہوئی۔

اللہ بخش

عمر: ۳۵ سال۔

مرض: اداسی، کام کاج میں دل نہ لگنا۔

تجویز کردہ علاج: B-Aqua, O-Aqua 9" x 12" نیلا رنگ شیشہ دیکھنے کی ہدایت کی گئی۔

نتائج: ایک ماہ میں مریض اپنے کام کاج میں دوبارہ لگ گیا۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

شاہانہ

عمر: ۱۰ سال۔

مرض: گرمی دانے۔

تجویز کردہ علاج: B-Aqua, G-Aqua

نتائج: ۴ دنوں کے علاج سے مریض کی تکلیف میں کافی حد تک کمی آگئی۔

اکرم

عمر: ۱۵ سال۔

مرض: کھانسی۔

تجویز کردہ علاج: B-Aqua, O-Aqua نارنجی اور نیلی شعاعوں کا تیل ہم وزن ملا کر سینہ اور کمر پر پھیپھڑوں کی جگہ صبح و شام مالش۔

نتائج: ۱۰ دنوں میں مریض اللہ کے فضل و کرم سے صحت یاب ہو گیا۔

احسن

عمر: ۳۰ سال۔

مرض: دست۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

تجویز کردہ علاج: Y-Aqua مرہم زرد کی مالش کرائی گئی۔

نتائج: ۵ دنوں میں مریض اپنے آپ کو بہت بہتر محسوس کرنے لگا اور ایک ہفتہ بعد صحت یاب ہو گیا۔

ثناء اللہ

عمر: ۳۰ سال۔

مرض: گلے کا ورم۔

تجویز کردہ علاج: B-Aqua نیلے پانی کے غرارے دن میں تین بار۔

نتائج: ایک ہفتہ کے علاج اور پرہیز سے مریض صحت یاب ہو گیا۔

عمرانہ

عمر: ۳۵ سال۔

مرض: تھکن، پریشانی اور موت کا خوف۔

تجویز کردہ علاج: B-Aqua, O-Aqua 9" x 12" فیروزی رنگ شیشہ صبح و شام دیکھنے کی ہدایت کی گئی۔

نتائج: ایک ماہ کے مسلسل علاج سے مریض میں زندہ رہنے کا حوصلہ بحال ہو گیا۔

ڈاکٹر ناہید جاوید

M.B.B.S., R.M.P.

ناہید

عمر: ۲۵ سال۔

مرض: لیکوریا۔

تجویز کردہ علاج: B-Rays Water, G-Rays Water نیلی شعاعوں کے تیل کی مالش کمر کے آخری جوڑوں پر۔

نتائج: ایک ماہ کے مسلسل علاج سے مرض کی شدت میں اطمینان بخش افاقہ ہوا۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

رعنا خان

عمر: ۳۰ سال۔

مرض: تھکن۔

تجویز کردہ علاج: B-Rays Water, O-Rays Water

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

نتائج: ۱۵ دن کے علاج سے مریض کی توانائی بحال ہوگئی۔

عالیہ ناز

عمر: ۳۳ سال۔

مرض: ایام کی زیادتی۔

تجویز کردہ علاج: G-Rays Water سبز شعاعوں کے تیل کی مالش کر کے آخری جوڑوں پر صبح و شام پیٹ پر ناف کے اطراف میں جامنی شعاعوں کے تیل کی مالش۔

نتائج: ۱۰ دنوں میں مریضہ کی علامات و شکایات میں کافی حد تک افاقہ ہوا۔

صنوبر

عمر: ۱۴ سال۔

مرض: نفخ و قراقر۔

تجویز کردہ علاج: Y-Rays Water, O-Rays Water

نتائج: ۵ دنوں کے علاج سے مریضہ صحت یاب ہوگئی۔

تبسم

عمر: ۲۶ سال

مرض: گلے کا ورم

تجویز کردہ علاج: B-Rays Water نیلے رنگ پانی کے غرارے دن میں تین بار۔

نتائج: ۷ دنوں میں مریضہ ٹھیک ہوگئی۔

احمد

عمر: ۷ سال۔

مرض: کھانسی

تجویز کردہ علاج: B-Rays Water, O-Rays Water سینہ پر نارنجی اور سبز شعاعوں کے تیل کی مالش صبح و شام۔

نتائج: ۱۰ دنوں کے مسلسل علاج سے مریض کو شفا نصیب ہوئی۔

انجم

عمر: ۱۰ سال۔

مرض: نزلہ و زکام۔

تجویز کردہ علاج: B-Rays Water مریض کے سر پر نیلی روشنی روزانہ صبح و شام ڈالی گئی۔

نتائج: ۵ دنوں میں مرض ختم ہوگیا۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

فوزیہ

عمر: ۱۵ سال۔

مرض: پیٹ میں درد۔

تجویز کردہ علاج: G-Rays Water, Y-Rays Water ناف کے اطراف میں مرہم زرد کی مالش صبح و شام پانچ پانچ منٹ۔

نتائج: مریضہ صحت یاب ہوگئی۔

عزیز

عمر: ۳۰ سال۔

مرض: جوڑوں کا درد۔

تجویز کردہ علاج: O-Rays Water, R-Rays Water B-Rays Water سرخ اور نارنجی شعاعوں کے تیل کی مالش صبح و شام۔

نتائج: مسلسل علاج سے مریض کو بہت فرق پڑا لیکن بیماری ختم نہیں ہوئی۔

ڈاکٹر میاں مختار الحق

M.B.B.S.
FCPS-I (Psychiatry)

بینا اکرم روئیداد

عمر: ۲۶، ۳۰ اور ۳۵ سال

مرض: وقفہ وقفہ سے جنون کے دورے پڑتے تھے۔

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی سبز پانی سر میں نیلی شعاعوں کے تیل (یہ تیل تلوں کے تیل میں شعاعیں جذب کر کے تیار کیا جاتا ہے) کی مالش کرائی گئی۔

نتائج: ۱۵ دنوں میں مریضوں کی حالت ۴۰ فیصد کنٹرول ہوگئی۔ علاج جاری رکھنے کی ہدایت کی گئی۔ ایک ماہ میں مریضوں کی حالت ۶۰ فیصد بہتر ہوگئی۔ علاج چھوڑنے کے بعد بینا کو تکلیف دوبارہ شروع ہوگئی۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

محمد اظہر

عمر: ۲۲ سال

مرض: کچھ عرصہ سے پیٹ میں نفخ و قراقر کی تکلیف تھی۔

تجویز کردہ علاج: زرد پانی

نتائج: ۲ دن کے علاج سے تکلیف ختم ہو گئی۔

خالد میمن

عمر: ۲۸ سال

مرض: پیشاب میں جلن

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی سبز پانی

نتائج: مریض ٹھیک ہو گیا۔

وقار الحق

عمر: ۲۵ سال

مرض: گلے کا ورم

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی اور نیلے رنگ پانی کے غرارے

نتائج: مریض ٹھیک ہو گیا۔

عرفان عمر

عمر: ۳۰ سال

مرض: پیچش

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی زرد پانی

نتائج: پیچش سے نجات مل گئی۔

اکرام شہابی

عمر: ۴۵ سال

مرض: پیروں میں ورم

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی نارنجی پانی

نتائج: اللہ تعالیٰ نے شفا دی لیکن علاج پورا نہ کرنے سے مرض دوبارہ عود کر آیا۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

محمود الحق

عمر: ۱۸ سال

مرض: ناف ٹلنا' پیٹ کی خرابی

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی زرد پانی مرہم زرد ناف کے چاروں طرف پیٹ پر نہار منہ مالش کرائی گئی۔

نتائج: الحمدللہ مرض باقی نہیں رہا۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ممتاز بی بی

عمر: ۵۰ سال

مرض: جوڑوں میں درد

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی نارنجی پانی سرخ پانی

نتائج: ۷۰ فیصد فائدہ ہوا۔

سائرہ بخاری

عمر: ۱۷ سال

مرض: تکرار خیال' تکرار عمل

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی سبز پانی مریضہ کو 12" x 9" نیلے شیشے کو دیکھنے کی ہدایت کی گئی۔

نتائج: اللہ شافی۔ اللہ کافی۔ مریضہ اب صحت یاب ہے۔

اشرف' سلطان احمد' قمر جہاں

عمر: ۴۰' ۴۵ اور ۳۵ سال

مرض: چنبل سورایسس

تجویز کردہ علاج: سبز پانی نیلا پانی

نتائج: ایک ماہ ۲۰ دن کے مسلسل علاج سے سورایسس ختم ہوگیا۔

فوزیہ انجم

عمر: ۲۵ سال

مرض: لیکوریا

تجویز کردہ علاج: سبز پانی جامنی پانی جامنی تیل کی کمر کے جوڑ پر مالش کرائی گئی۔

نتائج: ۷۵ فیصد۔

عمران خان' عروج

عمر: ۲۶ اور ۲۲ سال

مرض: شیزوفرینیا

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی سبز پانی اورنج پانی نیلی شعاعوں سے تیار کردہ تیل (تلوں کے تیل) کی سر پر اور گردن کے جوڑ پر مالش کرائی گئی۔ 9"x12" نیلے رنگ کا شیشہ۔

نتائج: ۲ ماہ کے مسلسل علاج سے ۴۵ فیصد افاقہ ہوا۔ علاج جاری رکھنے کی ہدایت کی گئی۔

انیسہ

عمر: ۲۰ سال

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

مرض: بے خوابی

تجویز کردہ علاج: سبز پانی نیلا پانی

نتائج: ۹۰ فیصد افاقہ ہوا۔

عبدالقادر، نظیر شاہ

عمر: ۲۵ اور ۳۵ سال

مرض: یرقان

عبدالقادر: Bilirubin=4 mg/dl

نظیر شاہ: Bilirubin=6 mg/dl

تجویز کردہ علاج: سبز اور نیلا پانی، مکمل آرام

نتائج: ۱۵ دن کے علاج سے عبدالقادر کا Bilirubin لیول 2.1 mg/dl اور نظیر شاہ کا Bilirubin لیول 3 mg/dl ہوگیا۔ دونوں مریضوں کے علاج میں ۵۰ فیصد افاقہ ہوا۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

ڈاکٹر مظفرالدین

M.B.B.S.

MD FCPS-I (Surgery)

جاوید احمد

عمر: ۱۸ سال۔

مرض: منہ میں چھالے۔

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی زرد پانی

نتائج: ۸ دنوں میں مریض صحت یاب ہوگیا۔

عمران

عمر: ۲۲ سال۔

مرض: گلے کا ورم۔

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی اور نیلے رنگ پانی کے غرارے دن میں تین بار۔

نتائج: سات دنوں کے علاج سے ورم میں افاقہ ہوا۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

محمد ندیم

عمر: ۳۵ سال۔

مرض: جوڑوں میں درد۔

تجویز کردہ علاج: زرد اورنج اور سرخ پانی سرخ شعاعوں کے تیل کی مالش جوڑوں پر صبح و شام۔

نتائج: ۱۵ دنوں میں مریض کی حالت کافی حد تک ٹھیک ہوگئی۔

جیکولین

عمر: ۳۵ سال۔

مرض: معدہ کا زخم۔

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی سبز پانی

نتائج: ایک ماہ میں مریضہ ٹھیک ہوگئی۔

عدنان

عمر: ۳۰ سال۔

مرض: دست۔

تجویز کردہ علاج: زرد پانی

نتائج: ۴ دنوں میں مریض صحت یاب ہوگیا۔

حیدر الملک

عمر: ۱۵ سال۔

مرض: نزلہ زکام۔

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی نیلی روشنی سر پر روزانہ صبح و شام ۲۰ منٹ تک ڈالی گئی۔

نتائج: ۴ دنوں میں مرض ختم ہوگیا۔

خالد

عمر: ۲۵ سال۔

مرض: اختلاج قلب۔

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی سبز پانی اور اورنج پانی۔

نتائج: مریض کو ۶۰ فیصد آرام ملا۔

امجد خان

عمر: ۴۰ سال۔

مرض: لو بلڈ پریشر۔

تجویز کردہ علاج: اورنج پانی اور سرخ پانی

نتائج: دس دن علاج کے بعد فائدہ ہوا۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ارشاد علی

عمر: ۳۰ سال۔

مرض: جریان۔

تجویز کردہ علاج: سبز پانی نیلا پانی نیلی شعاعوں کے تیل کی مالش کمر کے نچلے جوڑوں پر۔

نتائج: ۱۵ دنوں کے علاج سے مریض صحت یاب ہوگیا۔

جاوید اختر

عمر: ۲۵ سال۔

مرض: سرعت انزال۔

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی سبز پانی نیلی شعاعوں کے تیل کی مالش کمر کے آخری جوڑوں پر صبح و شام۔

نتائج: ایک ماہ کے علاج سے مریض شفایاب ہوگیا۔

ڈاکٹر عبدالغفور

M.B.B.S.(KMC) Peshawar

آپ پوسٹ گریجویٹ لیڈی ریڈنگ ہسپتال پشاور میں خدمات سرانجام دے رہے ہیں۔ ایلوپیتھک طریقہ علاج کے ساتھ ساتھ ڈاکٹر صاحب نے کلر تھراپی کے اصول پر علاج شروع کیا تو مریضوں کی تعداد بڑھ گئی۔ آپ کا مرتب کردہ ریکارڈ یہ ہے:-

امتیاز خان' ماجد علی شاہ

عمر: ۴۰ اور ۴۵ سال

مرض: فالج

تجویز کردہ علاج: نیلا رنگ پانی نارنجی رنگ پانی سرخ رنگ پانی۔ سرخ شعاعوں کے تیل کی مالش متاثرہ جگہ پر کرائی گئی۔

نتائج: ۲ ماہ کے مسلسل علاج سے دونوں مریضوں کے اعضاء حرکت کرنے لگے۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

شاہد، خالد

عمر: ۳۰ اور ۲۰ سال

مرض: اسہال

تجویز کردہ علاج: زرد رنگ پانی سبز رنگ پانی

نتائج: ۳ دنوں میں مریض اللہ کے کرم سے ٹھیک ہو گئے۔

بشیر احمد

عمر: ۴۰ سال

مرض: کھانسی، بخار

تجویز کردہ علاج: نیلا رنگ پانی نارنجی رنگ پانی سبز رنگ پانی

نتائج: ۷ دنوں کے علاج سے مریض ٹھیک ہو گیا۔

امجد خان

عمر: ۱۸ سال

مرض: دماغی تھکن

تجویز کردہ علاج: نیلا رنگ پانی نارنجی رنگ پانی

نتائج: ۴ دنوں میں دماغی تھکن دور ہو گئی۔

ثناء اللہ خان

عمر: ۲۵ سال

مرض: پیشاب میں جلن

تجویز کردہ علاج: نیلا رنگ پانی، سبز رنگ پانی

نتائج: ۴ دنوں کے علاج سے شفا ہوئی۔

ساجدہ بی بی حمیدہ جبین بشریٰ ناز

عمر: ۲۵، ۳۰ اور ۳۵ سال

مرض: ایام کی زیادتی

تجویز کردہ علاج: نیلی شعاعوں کے تیل کی کمر کے جوڑ پر مالش کرائی گئی۔ نیلا رنگ پانی سبز رنگ پانی

نتائج: مریضوں کو صحت یاب ہونے میں آٹھ دن لگے۔

شاہد درانی، اسلم پرویز

عمر: ۲۹ اور ۳۰ سال

مرض: جسمانی کمزوری

تجویز کردہ علاج: نارنجی رنگ پانی سرخ رنگ پانی

نتائج: ۱۰ دنوں تک علاج کیا گیا۔ مریض نے اپنے اندر توانائی محسوس کی۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ڈاکٹر عامر فیاض

M.B.B.S., R.M.P.

فاروق

عمر: ۳۲ سال۔

مرض: اختلاج قلب۔

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی سبز پانی

نتائج: ۱۰ دنوں کے مسلسل علاج سے مریض صحت یاب ہو گیا۔

رضا احمد

عمر: ۳۲ سال۔

مرض: بے چینی، تھکن۔

تجویز کردہ علاج: سبز نیلا اور اورنج پانی 9" x 12" فیروزی رنگ شیشہ۔

نتائج: ۱۵ دنوں بعد مریض کی شکایات میں کمی آ گئی۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

ستار

عمر: ۲۹ سال۔

مرض: پیشاب میں جلن۔

تجویز کردہ علاج: سبز پانی

نتائج: مریض صحت یاب ہو گیا۔

جبار

عمر: ۳۵ سال۔

مرض: کمر کا درد۔

تجویز کردہ علاج: سبز پانی نیلی شعاعوں کا تیل کولہوں کے درمیان ریڑھ کی ہڈی کے جوڑ پر صبح و شام مالش۔

نتائج: مسلسل علاج سے مریض کے درد میں کافی حد تک کمی آ گئی۔

فضل ستار

عمر: ۲۰ سال

مرض: جریان

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی سبز پانی نیلی شعاعوں کے تیل کی کمر کے آخری جوڑ پر مالش۔

نتائج: مریض صحت یاب ہو گیا۔

افشاں

عمر: ۳۵ سال۔

مرض: لیکوریا

تجویز کردہ علاج: سبز پانی نیلی شعاعوں کے تیل کی کمر کے آخری جوڑ پر مالش صبح و شام۔

نتائج: ایک ماہ میں مریضہ کو اللہ تعالیٰ نے شفا دی۔

سردار عالم

عمر: ۴۰ سال۔

مرض: یرقان۔

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی سبز پانی مسلسل آرام۔

نتائج: ۱۰ دنوں میں مرض کی شدت میں اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے کافی کمی آگئی۔ مریض کو علاج جاری رکھنے کی تاکید کی گئی۔

جاوید جبار

عمر: ۳۷ سال۔

مرض: اداسی۔

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی اورنج پانی "12 x "9 گہرا نیلا رنگ شیشہ۔

نتائج: ۱۵ دنوں میں مریض کے خیالات میں مثبت تبدیلی آئی۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

حکیم وقار یوسف
(فاضل الطب الجراحت)

پاکستان اور بیرونی ممالک میں مشہور و معروف عظیمی دواخانہ کراچی میں پندرہ سال سے مطب کررہے ہیں۔ مطب میں مریضوں کا ہجوم رہتا ہے۔

حکیم وقار یوسف نے دس مختلف بیماریوں کے ایک ہزار مریضوں کا ریکارڈ مرتب کیا ہے۔ ان میں مرد حضرات خواتین اور بچے سب شامل ہیں۔ رنگ و روشنی سے علاج کے طریقہ پر شفایابی کا تناسب مندرجہ ذیل ہے:۔

اختلاج قلب

مریضوں کی تعداد: ۱۰۰

بیماری کی کل مدت: ۳۰٬۳۵ دن

مرض کی شدت: درمیانی

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی، سبز پانی

علاج کا دورانیہ: پندرہ دن

نتائج: ۵۰ فیصد

معدے میں تیزابیت

مریضوں کی تعداد: ۱۰۰

بیماری کی کل مدت: دو ماہ

مرض کی شدت: درمیانی

تجویز کردہ علاج: سبز پانی، زرد پانی

علاج کا دورانیہ: بیس دن

نتائج: ۶۰ فیصد

ڈپریشن

مریضوں کی تعداد: ۱۰۰

بیماری کی کل مدت: ۳ ماہ

مرض کی شدت: درمیانی

تجویز کردہ علاج: نیلا رنگ پانی نارنجی رنگ پانی

نتائج: ۶۱ فیصد

ایام میں درد ہونا

مریضوں کی تعداد: ۱۰۰

بیماری کی کل مدت: ۲ ماہ

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

مرض کی شدت: درمیانی

تجویز کردہ علاج: نیلی شعاعوں کا تیل کمر کے جوڑ پر مالش کرایا گیا۔ نیلا پانی سبز پانی

نتائج: ۵۶ فیصد

بخار

مریضوں کی تعداد: ۱۰۰

بیماری کی کل مدت: ۷ دن

مرض کی شدت: کبھی شدید، کبھی درمیانی

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی سبز پانی نیلے رنگ کی روشنی سر پر روزانہ ڈالی گئی

نتائج: ۵۹ فیصد

کمزوری اور تھکن

مریضوں کی تعداد: ۱۰۰

بیماری کی کل مدت: ایک ماہ

مرض کی شدت: درمیانی

تجویز کردہ علاج: نارنجی رنگ پانی سرخ رنگ پانی

نتائج: ۶۲ فیصد

دمہ

مریضوں کی تعداد: ۱۰۰

بیماری کی کل مدت: ۴ سے ۵ ماہ

مرض کی شدت: درمیانی

تجویز کردہ علاج: نیلا رنگ پانی نارنجی رنگ پانی

نتائج: ۵۵ فیصد

غصہ۔ بے چینی

مریضوں کی تعداد: ۱۰۰

بیماری کی کل مدت: ۳ سے ۴ ماہ

مرض کی شدت: کبھی درمیانی کبھی شدید

تجویز کردہ علاج: آسمانی رنگ پانی سبز رنگ پانی

نتائج: ۱۸ فیصد

احساس کمتری

مریضوں کی تعداد: ۱۰۰

بیماری کی کل مدت: ایک سال

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

مرض کی شدت: کبھی درمیانی کبھی شدید

تجویز کردہ علاج: نیلا رنگ پانی نارنجی رنگ پانی

نتائج: ۱۵فیصد

جوڑوں کا درد

مریضوں کی تعداد: ۱۰۰

بیماری کی کل مدت: ۵ سے ۶ ماہ

مرض کی شدت: کبھی درمیانی کبھی شدید

تجویز کردہ علاج: نیلا رنگ پانی نارنجی رنگ پانی

نتائج: ۶۰فیصد

نوٹ:- بخار، دمہ اور اختلاج قلب کے بعض مریضوں کو اس وقت فائدہ ہوا جب رنگ و روشنی کے علاج کے ساتھ ساتھ یونانی طب سے بھی استفادہ کیا گیا۔ غصہ اور بے چینی کے مریضوں میں کوئی قابل تذکرہ کامیابی نہیں ہوئی۔ مریضوں نے علاج تو کیا مگر اپنی طبیعت میں تبدیلی کے لئے کوشش نہیں کی۔ احساس کمتری کے مریض علاج سے خوش ہیں مگر میں نتائج سے مطمئن نہیں ہوں۔

حکیم قاضی مقصود احمد

فاضل الطب والجراحت

آپ راولپنڈی میں مطب کرتے ہیں

امجد خان

عمر: ۳۵ سال

مرض: ۱۰ سال سے نزلہ و زکام کا مرض تھا۔

تجویز کردہ علاج: نیلا رنگ پانی

نتائج: ۷ دن کے مسلسل علاج سے مرض ختم ہوگیا۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

محمد بشیر

عمر: ۳۰ سال

مرض: ورکشاپ میں ریڈی ایٹر کا کھولتا ہوا پانی چہرہ پر پڑنے کی وجہ سے مریض کا چہرہ جھلس گیا تھا۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

تجویز کردہ علاج: نیلا رنگ پانی صاف روئی سے چہرہ پر متاثرہ جگہوں پر لگایا گیا۔

نتائج: دو دن کے عمل سے مریض الحمدللہ بالکل صحت مند ہو گیا۔

مقصود احمد

عمر: ۲۲ سال

مرض: جنون اور پاگل پن کے دورے

تجویز کردہ علاج: نیلا رنگ پانی۔ نیلا تیل (تلوں کے تیل میں شعاعیں جذب کرکے) سر پر مالش کے لئے دیا گیا۔

نتائج: ۱۵ دن کے علاج سے ۴۰ فیصد افاقہ ہوا۔

انیس بیگم

عمر: ۶۵ سال

مرض: ڈپریشن' بے خوابی۔

تجویز کردہ علاج: نیلا رنگ پانی

نتائج: ۲۰ دن کے مسلسل علاج سے مریضہ کو ۶۰ فیصد افاقہ ہوا۔

شمائلہ

عمر: ڈیڑھ سال

مرض: بچی کا نچلا دھڑ گرم پانی کا دیگچہ الٹنے سے مکمل جل گیا تھا۔

تجویز کردہ علاج: نیلا رنگ پانی صاف روئی سے متاثرہ جگہوں پر لگایا گیا۔

نتائج: کوئی چھالہ پڑا اور نہ ہی زخم میں جلن رہی۔

فرخندہ اشرف

عمر: ۴۰ سال

مرض: مریضہ کو بھڑ نے کاٹ لیا۔

تجویز کردہ علاج: نیلا رنگ پانی متاثرہ جگہ پر لگایا گیا۔ نیلا رنگ پانی صبح و شام پلایا گیا۔

نتائج: درد اور سوجن میں فوری افاقہ ہو گیا۔

محمد بشیر

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY www.pdfbooksfree.pk

عمر: ۲۵ سال

مرض: بادی بواسیر

تجویز کردہ علاج: زرد رنگ پانی

نتائج: مریض بفضل خدا مکمل تندرست ہے۔

والدہ ندیم قدوائی

عمر: ۵۵ سال

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

مرض: شوگر

تجویز کردہ علاج: زرد رنگ پانی۔ پرپل رنگ پانی۔

نتائج: ۲۰ دنوں میں شوگر کنٹرول ہوگئی۔

مصطفیٰ شاہ

عمر: ۵۵ سال

مرض: گردوں میں انفیکشن

تجویز کردہ علاج: نیلے اور سبز رنگ کا پانی

نتائج: ۷ دنوں کے علاج سے نہایت عمدہ نتائج مرتب ہوئے۔

عثمان علی

عمر: ۵۰ سال

مرض: ہائی بلڈ پریشر۔

تجویز کردہ علاج: سبز رنگ پانی

نتائج: ۱۰ دن کے علاج سے فائدہ ہوا۔

فرخ ریاض

عمر: ۴۰ سال

مرض: کھانسی

تجویز کردہ علاج: نارنجی رنگ پانی۔ سینہ پر مالش کے لئے نارنجی شعاعوں کا تیل تجویز کیا گیا۔

نتائج: ۷ دن کے علاج سے مریض کو ۵۵ فیصد افاقہ ہوا۔

بلقیس بیگم

عمر: ۵۵ سال

مرض: اعصابی کمزوری' شوگر۔

تجویز کردہ علاج: نیلا اور زرد رنگ پانی

نتائج: ۱۰ دن کے علاج سے مریضہ کو کافی افاقہ ہوا۔

منیر احمد

عمر: ۳۰ سال

مرض: اولاد پیدا کرنے والے جرثومے کم تھے۔

تجویز کردہ علاج: جامنی رنگ پانی۔ جامنی تیل کی مالش کولہوں کے درمیان ریڑھ کی ہڈی کے جوڑ پر کروائی گئی۔

نتائج: ایک ماہ کے مسلسل علاج سے مریض کی رپورٹ میں جرثوموں کی تعداد بڑھ گئی۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

کلثوم

عمر: ۲۲ سال

مرض: ایام کا کم آنا اور تکلیف سے آنا۔

تجویز کردہ علاج: جامنی رنگ پانی

نتائج: کوئی قابل تذکرہ فائدہ نہیں ہوا۔

حکیم محمد ذوالفقار کھوکھر

فاضل الطب والجراحت

آپ فیصل آباد میں مقیم ہیں۔ عرصہ دراز سے مریضوں کا علاج رنگ روشنی کے اصول پر کر رہے ہیں۔

محمد سعید

عمر: ۲۶ سال

مرض: مریض پچھلے ۶ ماہ سے شدید پریشانی (Tension) کا شکار تھا اسے ہر وقت تھکاوٹ کا احساس رہتا تھا۔ کام میں دل نہیں لگتا تھا اور رات کو نیند آور گولیاں استعمال کرنے کا عادی تھا۔

تجویز کردہ علاج: نیلا رنگ پانی

نتائج: ایک ہفتہ کے علاج سے مریض کو ٹینشن سے نجات مل گئی۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

محمد اکرم

عمر: ۳۰ سال

مرض: مریض کے سر میں دانے تھے اور ہر وقت خارش ہوتی تھی۔ مریض سر منڈوا کر رکھتا تھا۔

تجویز کردہ علاج: سبز رنگ پانی

نتائج: ایک ہفتہ کے مسلسل علاج سے خارش اور دانے نکلنا ختم ہو گئے۔

بانو

عمر: ۳۰ سال

مرض: مریضہ بے حد پریشانی (Tension) اور رحم میں تکلیف سے بے حال تھی۔ مریضہ کو زیرناف بہت تکلیف تھی۔

تجویز کردہ علاج: جامنی تیل زیرناف اور کولہوں کے درمیان ریڑھ کی ہڈی کے جوڑ پر صبح و شام مالش کروائی گئی۔ پینے کے لئے نیلی شعاعوں کا پانی دیا گیا

نتائج: ایک ماہ کے بعد مریضہ ٹھیک ہو گئی۔

فرید احمد

عمر: ۴۵ سال

مرض: دل کی دھڑکن بہت تیز ہوتی تھی اور گرمیوں میں جلد پر سیاہ نشان پڑ جاتے تھے۔

تجویز کردہ علاج: ۱۵ دن تک سبز رنگ پانی پینے کو دیا گیا۔

نتائج: ایک ہفتہ میں حیرت انگیز نتائج سامنے آئے۔ دل کی دھڑکن صحیح ہو گئی اور نشان بھی کافی حد تک ختم ہو گئے۔

زبیدہ بیگم

عمر: ۳۶ سال

مرض: یہ خالصتاً نفسیاتی کیس تھا۔ مریضہ کو ہسٹیریا (Hysteria) کے دورے پڑتے تھے۔

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی پینے کے لئے تجویز کیا گیا اور نیلے رنگ کی روشنی مریضہ کے سر پر پندرہ منٹ تک روزانہ ڈالی گئی۔

نتائج: ایک ماہ کے مسلسل علاج سے ہسٹیریا ختم ہو گیا۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

حکیم سلام عارف

فاضل الطب والجراحت

افتخار

عمر: ۳۵ سال۔

مرض: غشی۔

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی سبز پانی سرخ پانی

نتائج: مریض کی حالت سنبھل گئی۔

امانت محسن

عمر: ۳۵ سال۔

مرض: ڈپریشن۔

تجویز کردہ علاج: اورنج پانی نیلا پانی زرد پانی
"9" x 12 نیلا رنگ شیشہ۔

نتائج: ۲۰ دنوں میں مریض کی حالت کافی بہتر ہو گئی۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

محمد اکمل

عمر: ۲۵ سال۔

مرض: سرعت انزال۔

تجویز کردہ علاج: زرد پانی سبز پانی نیلا پانی پرپل شعاعوں کا تیل کولہوں کے درمیان ریڑھ کی ہڈی کے جوڑ پر مالش۔

نتائج: ۲۲ دنوں کے مسلسل علاج سے مریض صحت یاب ہو گیا۔

ندیم

عمر: ۲۵ سال۔

مرض: بدخوابی۔

تجویز کردہ علاج: زرد پانی آسمانی پانی سبز پانی
"9" x 12 سبز رنگ شیشہ۔

نتائج: ۱۰ دنوں میں مریض کو بدخوابی سے نجات مل گئی۔

عذرا

عمر: ۳۰ سال۔

مرض: معدہ میں زخم۔

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

تجویز کردہ علاج: زرد پانی نیلا پانی سبز پانی
صبح نہار منہ پیٹ پر مرہم زرد کی مالش۔

نتائج: ایک ماہ کے مسلسل علاج سے مرض کی شدت کم ہو گئی۔

انضمام

عمر: ۱۰ سال۔

مرض: دست۔

تجویز کردہ علاج: زرد پانی زرد شعاعوں کے تیل کی پیٹ پر مالش۔ دودھ میں زرد روشنی دو گھنٹے تک جذب کر کے پلایا گیا۔

نتائج: مریض ایک ہفتہ میں صحت یاب ہو گیا۔

جہانزیب

عمر: ۲۰ سال۔

مرض: منہ میں چھالے۔

تجویز کردہ علاج: زرد پانی آسمانی پانی سبز رنگ پانی کی کلی اور غرارے دن میں تین بار۔

نتائج: ۸ دنوں میں مریض صحت یاب ہو گیا۔

شہزاد

عمر: ۳۵ سال۔

مرض: لو بلڈ پریشر۔

تجویز کردہ علاج: سرخ پانی اورنج پانی گلابی رنگ شیشہ۔

نتائج: ۱۵ دنوں میں مریض کو اللہ تعالیٰ نے شفا دی۔

آفاق

عمر: ۲۵ سال۔

مرض: ہاضمہ کی خرابی، قبض۔

تجویز کردہ علاج: زرد پانی سبز پانی زرد شعاعوں کا تیل صبح نہار منہ اور رات کو سونے سے پہلے کھانا کھانے کے ڈھائی گھنٹے بعد ناف کے چاروں طرف مالش۔

نتائج: ۱۵ دنوں کے مسلسل علاج سے مریض کو اللہ تعالیٰ نے صحت دی۔

ریاض احمد

عمر: ۱۰ سال۔

مرض: چڑچڑا پن، غصہ۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی سبز پانی سائیکو تھراپی۔

نتائج: مریض کے مزاج میں مثبت تبدیلی آگئی۔

جمال

عمر: ۳۳ سال۔

مرض: تھکن کمزوری اور کام کاج میں دل نہ لگنا۔

تجویز کردہ علاج: اورنج پانی نیلا پانی زرد پانی

نتائج: مریض نے دوبارہ اپنا کام شروع کر دیا اور اپنے اندر انرجی محسوس کرنے لگا۔

عرفان

عمر: ۳۵ سال۔

مرض: یرقان۔

تجویز کردہ علاج: آسمانی پانی سبز پانی 9" x 12" فیروزی رنگ شیشہ اور مسلسل آرام

نتائج: ۱۵ دنوں میں مرض کی شدت میں کمی آگئی۔ مریض کو علاج جاری رکھنے کی ہدایت کی گئی۔

حکیم نور عجم

فاضل الطب والجراحت

عظمیٰ

عمر: ۳۰ سال۔

مرض: شدید پریشانی۔

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی سبز پانی 9" x 12" فیروزی رنگ شیشہ۔

نتائج: ۱۵ دنوں میں مرض کی شدت میں کمی آگئی۔ علاج جاری رکھنے کی ہدایت کی گئی۔

محمد سعید

عمر: ۳۰ سال۔

مرض: پیشاب میں جلن۔

تجویز کردہ علاج: سبز پانی۔ ناف کے نیچے سبز شعاعوں کے تیل کی مالش۔

نتائج: مریض صحت یاب ہو گیا۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

محمد بشیر

عمر: ۲۰ سال۔

مرض: نزلہ و زکام۔

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی نیلی روشنی مریض کے سر پر صبح و شام ڈالی گئی۔

نتائج: مریض شفایاب ہو گیا۔

زبیدہ احسن

عمر: ۲۷ سال۔

مرض: خارش۔

تجویز کردہ علاج: سبز پانی سبز روشنی متاثرہ جگہ پر صبح و شام ۲۰۔۲۰ منٹ تک ڈالی گئی۔

نتائج: ۱۲ دن میں علاج میں کامیابی نہیں ہوئی۔

انجم

عمر: ۳۳ سال

مرض: ایام تکلیف سے آنا۔

تجویز کردہ علاج: جامنی پانی سبز پانی جامنی شعاعوں کے تیل کی زیر ناف مالش صبح و شام' کولہوں کے درمیان ریڑھ کی ہڈی کے جوڑ پر

نیلی شعاعوں کے تیل کی مالش۔

نتائج: مریضہ اللہ کے فضل و کرم سے صحت یاب ہو گئی۔

حبیب

عمر: ۸ سال۔

مرض: تپ دق

تجویز کردہ علاج: اورنج پانی نیلا پانی نیلی اور نارنجی شعاعوں کے تیل کی سینہ اور کمر پر پھیپھڑوں کی جگہ مالش۔

نتائج: تین ماہ کے علاج سے ایکسرے رپورٹ میں پھیپھڑوں پر داغ دھبے نہیں تھے۔

داؤد

عمر: ۲۵ سال۔

مرض: درد سر صفراوی۔

تجویز کردہ علاج: زرد سبز اور نیلا پانی

نتائج: مریض صحت یاب ہو گیا۔

امان اللہ

عمر: ۶۰ سال۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

مرض: چکر آنا۔

تجویز کردہ علاج: سرخ اور نارنجی پانی نیلی شعاعوں کے تیل کی گردن کے جوڑ پر مالش

نتائج: مریض کو چکر آنا بند ہو گئے۔

ارشاد علی

عمر: ۳۰ سال۔

مرض: یاسیت۔

تجویز کردہ علاج: نارنجی اور نیلا پانی 9" x 12" فیروزی شیشہ صبح اور نارنجی رنگ شیشہ شام۔

نتائج: مریض میں دوبارہ جینے کی امنگ پیدا ہو گئی۔

عارفہ

عمر: ۲۵ سال۔

مرض: تناؤ کی وجہ سے سردرد۔

تجویز کردہ علاج: سبز پانی نیلا پانی 9" x 12" نیلا رنگ شیشہ۔

نتائج: اللہ تعالیٰ نے سردرد سے نجات دی۔

خالد انور

عمر: ۳۳ سال۔

مرض: گردوں کا انفیکشن۔

تجویز کردہ علاج: سبز پانی نیلا پانی گردوں کی جگہ سبز شعاعوں کے تیل کی صبح و شام مالش۔

نتائج: ایک ہفتہ میں مرض کی شدت میں اطمینان بخش کمی ہوئی۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ڈاکٹر احمد ممتاز اختر

D.H.M.S., R.H.M.P. (Homoeo)

ڈاکٹر صاحب اٹک میں مقیم ہیں۔ مطب میں مریضوں کا علاج ہومیو پیتھی اور کلر تھراپی سے کرتے ہیں۔

محمد طارق

عمر: ۴۵ سال۔

مرض: دل میں درد۔

تجویز کردہ علاج: نیلا تیل دل کے مقام پر صبح و شام مالش۔ سبز پانی صبح و شام نارنجی پانی دونوں وقت کھانے سے پہلے۔

نتائج: ۱۵ دن میں مریض کو درد سے افاقہ ہوا۔

ثوبیہ نذیر

عمر: ۴۰ سال۔

مرض: ۶ سال سے شوگر کا مرض لاحق تھا۔

تجویز کردہ علاج: پیٹ کے اوپری حصہ پر دائیں طرف زرد تیل کی مالش صبح و

شام۔ زرد پانی صبح و شام۔ جامنی رنگ پانی دونوں وقت کھانے سے پہلے۔

نتائج: ایک ماہ میں شوگر کنٹرول ہوگئی۔

محمد رمضان

عمر: ۴۵ سال۔

مرض: جوڑوں میں درد۔

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی صبح و شام۔ سرخ پانی دن میں ایک بار۔ سرخ شعاعوں کا تیل جوڑوں پر مالش کے لئے تجویز کیا گیا۔

نتائج: ۱۵ دن میں مریض ۵۰ فیصد شفایاب ہوگیا۔

عشرت، فرزانہ کوثر

عمر: ۳۵ اور ۴۵ سال۔

مرض: کھانسی۔

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی صبح و شام۔ نارنجی پانی دوپہر و رات۔

نتائج: ۸۰ فیصد۔

وقار احمد

عمر: ۳۵ سال۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

مرض: گلے کا کینسر

تجویز کردہ علاج: نیلا رنگ پانی صبح و شام کھانے سے پہلے۔ سرخ رنگ پانی صبح و شام کھانے کے بعد۔ گلے پر سرخ رنگ کی روشنی صبح و شام پندرہ منٹ تک ڈالنے اور سرخ تیل گردن پر دن میں دو بار مالش کرنے کی ہدایت کی گئی۔

نتائج: ۲ ماہ میں مریض کو ۵۰ فیصد افاقہ ہوا۔

ابرار احمد

عمر: ۴۵ سال۔

مرض: دل کی بیماری۔

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی صبح و شام نارنجی تیل دل کے مقام پر صبح و شام۔ سبز تیل کی کمر پر دل کی جگہ۔ پھیپھڑوں پر مالش کرائی گئی۔

نتائج: ایک ماہ میں ۵۰ فیصد افاقہ ہوا۔

محمد عامر نوید علی حنا ظفر ثوبیہ درانی ذیشان

عمر: ۲۰ سال تا ۲۵ سال۔

مرض: پیٹ میں درد اور پیٹ کے دوسرے امراض نفخ اور قراقر

تجویز کردہ علاج: زرد شعاعوں کا تیل پیٹ پر صبح و شام مالش۔ زرد پانی صبح و شام۔

نتائج: ۴ دنوں میں مریض صحت یاب ہوگئے۔

مقیم نجم الدین

عمر: ۳۵ سال۔

مرض: نزلہ زکام الرجی (عرصہ ۵ سال)۔

تجویز کردہ علاج: نیلا پانی صبح و شام۔ زرد پانی کھانے سے پہلے۔ سبز پانی کھانے کے بعد۔

نتائج: ۲۰ دن میں مریض کو ۷۰ فیصد افاقہ ہوا۔

مقدس

عمر: ۱۵ سال۔

مرض: پیچش۔

تجویز کردہ علاج: آسمانی پانی صبح و شام۔ زرد پانی دن میں ایک بار۔ اسپغول کی بھوسی ایک ایک چمچ دونوں وقت کھانے سے بیس منٹ پہلے۔

نتائج: ۷ دنوں میں مریض شفایاب ہوگیا۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ڈاکٹر جمیل احمد صدیقی

D.H.M.S., R.H.M.P. (Homoeo)

جناب جمیل احمد صدیقی ہومیو پیتھک ڈاکٹر ہیں۔ کراچی میں پریکٹس کرتے ہیں۔ کلر تھراپی کے سلسلے میں ان کے تجربات مندرجہ ذیل ہیں۔

محمد طارق

عمر: ۲۵ سال

مرض: خون کی کمی Anaemia

ہیموگلوبین کی مقدار 10gm/dl تھی۔

تجویز کردہ علاج: سرخ پانی صبح و شام کھانے کے بعد۔ سرخ روشنی صبح و شام ریڑھ کی ہڈی پر دس دس منٹ ڈالنے کی ہدایت کی گئی۔

نتائج: ۱۲ دن بعد ہیموگلوبین کی مقدار 12gm/dl تک پہنچ گئی۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

شہلا جبیب

عمر: ۱۵ سال

مرض: گیس پیٹ میں مروڑ قبض

تجویز کردہ علاج: کلر تھراپی کے اصول پر تیار شدہ گولیوں اور پانی کا مکسچر مریضہ کو ۲ دن پلایا گیا۔

نتائج: مریضہ بالکل صحت مند ہوگئی۔

حرا صدیقی

عمر: ۴ سال

مرض: بد ہضمی دست

تجویز کردہ علاج: کلر تھراپی کے اصول پر تیار شدہ گولیوں اور پانی کا مکسچر مریضہ کو ۲ دن پلایا گیا۔

نتائج: ۵۵ فیصد

مریم

عمر: ۴۵ سال

مرض: ہائی بلڈ پریشر

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

تجویز کردہ علاج: سبز پانی صبح و شام

نتائج: ۱۵ دنوں میں مریضہ کا بلڈ پریشر کنٹرول ہوگیا۔

عبدالقادر

عمر: ۲۵ سال

مرض: سر کے بالوں کا گرنا۔ دماغ کا بھاری پن

تجویز کردہ علاج: سر پر نیلے تیل کی مالش تجویز کی گئی۔ مریض کو نزلہ بہنا شروع ہوگیا۔ نزلہ کا ذکر مریض نے نہیں کیا تھا۔ نزلہ بہہ جانے سے دماغ میں بھاری پن ختم ہوگیا اور بال بھی گرنا بند ہوگئے۔

حنا صدیقی

عمر: ۲ سال

مرض: منہ میں چھالے، قبض

تجویز کردہ علاج: کلر تھراپی کے اصول پر تیار شدہ گولیوں اور پانی کا مکسچر مریضہ کو پلایا گیا۔

نتائج: مریضہ ۲ دن میں صحت یاب ہوگئی۔

ڈاکٹر حنا طاہر جلیل

D.H.M.S., R.H.M.P.(Homoeo)

ہومیوپیتھ ڈاکٹر حنا طاہر جلیل گوجرانوالہ سے لکھتی ہیں کہ میں نے اپنے سسر صاحب (پاپا) کا علاج کلر تھراپی کے طریقہ پر کیا ہے۔ رپورٹ ارسال خدمت ہے:-

پاپا کی تکلیف اس سال فروری کے وسط میں گلے کی خرابی سے شروع ہوئی۔ انہوں نے ایک اینٹی بائیوٹک دوا لی تو دو تین دن میں گلے کی تکلیف میں فرق آگیا مگر پیٹ خراب ہوکر قبض ہوگیا۔ ڈاکٹر سے رجوع کیا گیا دو چار دن دوا کے استعمال سے کوئی فرق نہیں پڑا ان دنوں پیٹ کی حالت یہ تھی کہ پیٹ تنا ہوا تھا گردوں کے دونوں طرف درد محسوس ہوتا تھا طبیعت میں ہر وقت متلی کی کیفیت رہتی تھی اور منہ سے کھٹا پانی آتا تھا کسی طرح چین نہیں تھا خصوصاً لیٹنے سے بے چینی اور بڑھ جاتی اور کھٹا پانی آنا بھی بڑھ جاتا تھا۔ کھانے پینے کی رغبت ختم ہوگئی تھی مشکل سے چند نوالے کھانا کھاتے یا چائے پی لیتے تھے۔ متلی کی کیفیت مسلسل رہتی اور اکثر قے ہوجاتی تھی۔ قے

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

میں پانی کے علاوہ کچھ نہیں نکلتا تھا۔ اجابت برائے نام تھی۔ پیشاب بھی رک رک کر آتا اور بہت کم آتا تھا۔

فزیشن کی تشخیص کے مطابق پیٹ کے دائیں طرف گولہ تھا الٹراساؤنڈ کا مشورہ دیا گیا۔

الٹراساؤنڈ رپورٹ خاصی خراب تھی رپورٹ کی بنیاد پر سرجن سے رجوع کیا۔ سرجن کے مطابق پیٹ میں مرض کی تین صورتیں تھیں:

(۱) آنتیں اکھٹی ہوگئی ہیں

(۲) ان کے اندر Mass بن گیا ہے جس کی وجہ سے آنتوں کی حرکت رکی ہوئی ہے یا

(۳) آنتوں میں رسولی ہے۔

سرجن نے دو دن کے وقفے سے آپریشن کی تاریخ مقرر کردی۔ سرجن کی ہدایت پر جب بلڈ یوریا (Blood Urea) ٹیسٹ کرایا گیا تو وہ نارمل سے بہت بڑھا ہوا تھا۔ سرجن نے آپریشن ایک ہفتے کے لئے ملتوی کر دیا اور Antibiotic استعمال کرنے کو کہا۔

جس دن آپریشن ملتوی ہوا میں نے کلر تھراپی شروع کردی کھانے سے پیشتر زرد پانی صبح شام معدہ کے مقام پر زرد روشنی ایک مرتبہ سبز پانی دو مرتبہ تجویز کیا۔ دو یا تین دن کے اندر متلی کی کیفیت کم ہوگئی اور اگلے دن کھٹا پانی آنا بھی بند ہوگیا۔ رات کو نیند بھی آنے لگی۔ البتہ رات کو پیشاب کے لئے

تین چار بار اٹھنا پڑتا تھا۔ علاج کے تیسرے چوتھے دن اجابت شروع ہوگئی اجابت کا رنگ سیاہ اور مینگنیوں کی طرح تھی۔ تقریباً آٹھ دن بعد پیٹ کی حالت بھی نارمل ہوتی گئی۔ گردوں کے مقام پر درد بھی ختم ہوگیا۔ دس دن بعد طبیعت سنبھل گئی اور اجابت بھی ٹھیک ہونے لگی۔ معدہ ٹھیک کام کرنے لگا اور بھوک کھل گئی۔ پندرہ دن بعد پھر الٹراساؤنڈ ہوا اب الٹراساؤنڈ رپورٹ میں حیرت انگیز تبدیلی تھی آنتوں کی حالت نارمل تھی سرجن نے معائنہ کے بعد بتایا کہ پیٹ کی حالت نارمل ہے اور آپریشن کی ضرورت نہیں ہے۔

کلر تھراپی کے علاج سے وہ شدید تکلیف جس کی وجہ سے آپریشن کرانا لازم تھا بالکل ختم ہوگئی ہے۔ بابا کوئی تکلیف بتاتے ہیں تو ڈاکٹر کہتے ہیں عمر کی وجہ سے مثانے کے غدود Prostate Glands بڑھ رہے ہیں۔ ہوسکتا ہے کہ مثانہ کے ان غدود کا آپریشن ہو۔ میں اس سلسلے میں بھی رنگ روشنی سے علاج کر رہی ہوں مجھے یقین ہے کہ جہاں اتنی سیریس تکلیف ختم ہوگئی ہے انشاء اللہ یہ تکلیف بھی ختم ہوجائے گی۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ڈاکٹر ایس۔ نیلوفر

D.H.M.S., C.D.S., R.H.M.P. (Homoeo)
Radiesthesia Specialist

ڈاکٹر صاحبہ ہومیوپیتھک ڈاکٹر ہیں۔ کراچی میں پریکٹس کرتی ہیں۔ کلر تھراپی کے سلسلے میں ان کے تجربات مندرجہ ذیل ہیں۔

سلمٰی جلیل

عمر: ۴۸ سال۔

مرض: مزمن کھانسی۔

تجویز کردہ علاج: نیلا تیل کمر پر پھیپھڑوں کی جگہ نارنجی تیل سینہ پر نیلا پانی نارنجی پانی۔

نتائج: ۲۱ دن کے علاج سے کھانسی میں ۶۰ فیصد افاقہ ہوا۔

عبدالغفار شاہ

عمر: ۲۸ سال۔

مرض: ہاضمہ کی خرابی۔

تجویز کردہ علاج: زرد پانی صبح شام سبز پانی دوپہر رات۔

نتائج: ۱۵ دن کے علاج سے مریض کا ہاضمہ ٹھیک ہوگیا۔

وقار النساء

عمر: ۱۶ سال۔

مرض: ہاتھوں میں پسینہ آنا۔

تجویز کردہ علاج: آسمانی پانی زرد پانی سبز پانی۔

نتائج: ۱۰ دن کے علاج سے مریضہ نے ۵۰ فیصد بہتری محسوس کی۔

محمد رفیق

عمر: ۵۰ سال۔

مرض: شوگر۔

تجویز کردہ علاج: بینگنی پانی زرد پانی

نتائج: شوگر کنٹرول ہوگئی۔

کلر تھراپی کے ساتھ ساتھ ہومیوپیتھک دواؤں کا سہارا بھی لیا گیا۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

عبدالصمد

عمر: ۳۰ سال۔

مرض: دماغی کمزوری

تجویز کردہ علاج: زرد پانی Indigo پانی 12 x 9 انچ Indigo شیشہ

نتائج: ایک ماہ کے مسلسل علاج سے مریض کا حافظہ بہتر ہوگیا۔

مقصود احمد

عمر: ۲۶ سال۔

مرض: پیچش۔

تجویز کردہ علاج: زرد پانی سبز پانی آسمانی پانی اسپغول کی بھوسی۔

نتائج: ۹ دن کے علاج سے مریض ٹھیک ہوگیا۔

زینت کمال

عمر: ۲۵ سال۔

مرض: احساس کمتری۔

تجویز کردہ علاج: نارنجی پانی سرخ پانی 12 x 9 انچ نارنجی شیشہ سائیکو تھراپی۔

نتائج: ۳۰ دن کے علاج سے مریضہ کے اندر مثبت تبدیلی آئی۔
علاج جاری رکھنے کی ہدایت کی گئی۔

محمد اکبر

عمر: ۲۹ سال۔

مرض: بے خوابی۔

تجویز کردہ علاج: آسمانی پانی سفید پانی سبز پانی۔
6 x 10 انچ آسمانی شیشہ۔

نتائج: ۲۰ دن کے مسلسل علاج سے آہستہ آہستہ مریض کی نیند نارمل ہوگئی۔

PAKISTAN VIRTUAL LIBRARY
www.pdfbooksfree.pk